N°3 - MARZO 2016 € 4,00

LA CUCINA ITALIANA

Dal 1929 il mensile di gastronomia con la cucina in redazione

82 NUOVE RICETTE

GRANDI PIATTI DI PASQUA

SORPRESA!
Un uovo di quaglia racchiuso nel cuore di una polpetta

PANI E FOCACCE
FRAGRANZA DI FESTA

UOVA
IN GIOCOSE COMBINAZIONI

FRUTTA ESOTICA
DA SCOPRIRE IN CUCINA

VERDI PRIMIZIE PER LA TAVOLA DI STAGIONE

P.I. SPA SPED. IN A.P. D. L. 353/03 ART 1, COMMA 1, DCB VR - AUSTRIA € 9,50 - BELGIO € 8,00 - FRANCIA € 7,90 - GERMANIA € 10,00 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 95,00 - CANTON TICINO CHF 9,90 - SVIZZERA CHF 10,80 - U.K. GBP 7,50

ISSN 1121-1504

ALESSI
Loves
ITALY

isaloni
Smeg sarà presente al Salone del Mobile
PAD n°9 FTK, stand n°A06 - A08 dal 12 al 17 aprile 2016

Immaginate *una bottega*, una di quelle animate officine di orafi, ebanisti, pittori da cui escono oggi come un tempo manufatti squisiti e meraviglie d'arte. E immaginate soprattutto quel modo di pensare e di fare che ha segnato uno dei tratti più belli del *carattere italiano*: la forza di formulare un'idea e di trasformarla con il lavoro di un gruppo affiatato in un oggetto finito alla perfezione: un gioiello, un dipinto, ma anche una pasta al forno, un arrosto della domenica, un seducente pasticcino, come quelli che nascono ogni giorno *nella nostra cucina laboratorio in redazione*.

Entrate a vedere: la mattina è tutto un viavai, arriva la spesa, il cuoco è già in cucina che aspetta. Lo raggiunge una redattrice e si comincia a cucinare. Oggi si preparano i piatti pensati per il pranzo di Pasqua (li trovate a pag. 52). Scambi di pareri e domande si susseguono; gli appunti riempiono le pagine: sta nascendo una delle tante ricette che leggerete tra poco. Ci si ferma a pranzo, e si assaggia, è il nostro momento d'oro: l'agnello arrosto è cotto a puntino. Si scattano le foto, un piatto dopo l'altro, fino a sera. Il fotografo e la stylist salutano. In cucina tutto è di nuovo in ordine, pronto per domani: faremo lievitare, inforneremo, assaggeremo e poi descriveremo per voi i pani della festa, quelli che vedete a pag. 62.

Da quando è nata, nel 1929, fino a oggi, *La Cucina Italiana* è rimasta fedele ai modi della *tradizione artigianale più alta*. Li aveva inaugurati già alla fine dell'Ottocento Pellegrino Artusi. Il padre del nostro primo ricettario nazionale *La Scienza in cucina e l'Arte di mangiar bene* mise ai fornelli i suoi due cuochi di casa per sperimentare di persona i piatti che avrebbe poi così ben raccontato. E *La Cucina Italiana*, nel riprendere il suo programma di una "cucina utile alle famiglie", ne ha ripreso la pratica, mettendo a punto una formula ancora oggi unica e insuperata. Condé Nast ne ha colto con sensibilità il valore, ed Ettore Mocchetti ha saputo portarlo in primo piano dando un'energia nuova alle pagine del giornale e rendendo il cibo e tutto il mondo che lo circonda più vivo e vicino, più attraente. Non solo. Ha dato fiducia e libertà a tutti noi. Per questo e per l'incoraggiamento con cui continua a seguirci gli sono grata.

Sarà entusiasmante orchestrare il lavoro delle redattrici e delle grafiche, dei cuochi, dei fotografi e delle stylist: un gruppo al quale sono molto legata, preparatissimo e generoso, che partecipa con intelligenza e con cuore a tutti i momenti della creazione del nostro e del vostro giornale, dalla preparazione di una ricetta alla sua "messa in pagina". E, come nei migliori laboratori di idee, è sempre attento a ciò che accade di nuovo. Il gusto cambia velocemente; ci si perde oggi tra diete acide o alcaline, vegan o "flexitarian", tra "super food" miracolosi, tecniche e sperimentazioni estreme, talvolta lontane dal piacere della tavola. *La Cucina Italiana* sa scegliere. Fa suoi gli spunti più promettenti e li traduce in soluzioni praticabili per tutti, tralascia trovate che svaniscono in una stagione, anticipa le mode e continua a cercare il buono e l'equilibrio fra la tradizione e il futuro.

1

2

PRONTI PER VOI
1 Brioche farcita con albicocche (pag. 64).
2 I nidi di carciofo con ovette a sorpresa per il pranzo di Pasqua (pag. 58).

Fotografie di Beatrice Prada, Riccardo Lettieri

QUESTO MESE:
• Il 27 marzo è Pasqua. Dal 22 marzo al 2 aprile è bassa; è media quando si festeggia tra il 3 e il 13 aprile e alta tra il 14 e il 25 aprile.
• Nell'orto piantate le bietole, le carote, i piselli e il prezzemolo. In giardino mettete a dimora nuove piante di rose.

Marzo
SOMMARIO

PAGINA 71

Il risotto giallo al mango con raspadura, una delle sette ricette preparate con la frutta tropicale

PAGINA 66

IDEE

SUGGESTIONI

RICETTE

GUIDE

PAGINA 54

UN MONDO DI CUCINA

Ogni mese l'appuntamento è in edicola, ma ogni giorno puoi trovare **La Cucina Italiana** anche sul web, nel sito sempre aggiornato dove scoprire video, contenuti aggiuntivi e cercare tra migliaia di ricette! Su *www.lacucinaitaliana.it*

siamo

Digital

SOCIAL NETWORK Puoi interagire con noi attraverso i nostri profili sui social network Facebook, Twitter, Pinterest, Tumblr, Instagram.

LA COPIA DIGITALE Se ti piace sfogliare la rivista su tablet e smartphone puoi acquistare la copia digitale. Se ti abboni al giornale di carta avrai inclusa la copia digitale. Un bel vantaggio, non trovi?

e in più

Facciamo Scuola

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è a Milano in piazza Aspromonte 15.
Non perderti i nostri corsi di cucina, pasticceria, per bambini e anche in lingua inglese.
Segui i nostri eventi in tutta Italia e se hai un'azienda richiedi i nostri servizi: team building e gare in cucina.
Direttore: Emanuele Gnemmi
www.scuolacucinaitaliana.it

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
Piazza Castello 27, 20121 Milano

LA CUCINA ITALIANA

N. 03 - Marzo 2016 - **Anno 87°**

Direttore Responsabile
MARIA VITTORIA DALLA CIA

Editorial Advisor
ETTORE MOCCHETTI

Progetto Grafico
GIUSEPPE PINI
Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) - lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE - aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI - stieni@lacucinaitaliana.it

Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
SARA DI MOLFETTA
FRANCESCA SAMADEN (speciali e supporti pubbliredazionali)
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (ricettario e rubriche)

Segreteria di Redazione
VIRGINIA RIZZO - cucina@lacucinaitaliana.it

Chef
TOMMASO ARRIGONI, SERGIO BARZETTI, DAVIDE BROVELLI, DAVIDE NEGRI, DAVIDE NOVATI, DAVIDE OLDANI, WALTER PEDRAZZI, ALESSANDRO PROCOPIO, SAURO RICCI, GIOVANNI ROTA
Hanno collaborato
IRENE BARATTO, MAURIZIO BERTÈ, RICCARDO BIANCHI, LUIGI CARICATO, CECILIA CARMANA, MANLIO CASTIGLIONI, SAMANTA CORNAVIERA, NICOLETTA DEL BUONO, GIORGIO DONEGANI, DRINKABLE BEREBENEOVUNQUE, CRISTINA FABBRI, AMBRA GIOVANOLI, GIANLUCA LADU, SIMONA PARINI, DANILO POGGIO, CRISTINA PORETTI, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), GIUSEPPE VACCARINI (ABBINAMENTI VINI E BIRRE/RICETTE), ALMA VALDORA
Per le foto
AG. 123RF, AG. AWL IMAGES, AG. CONTRASTO, AG. ISTOCKPHOTO, AG. LA CAMERA CHIARA, AG. MERIDIANA IMMAGINI, AG. MONDADORI PORTFOLIO, AG. SIME, AG. SUPERSTOCK, BRUNO BRUCHI, STEFANO BUONAMICI, MATTEO CARASSALE, MATTEO IMBRIANI, RICCARDO LETTIERI, DALIBOR MICHALCIK, MATTIA MIONETTO, FREDDY PLANINSCHEK, BEATRICE PRADA, SEBASTIANO ROSSI, STEFANO SCATÀ, HARALD WISTHALER

Direttore Editoriale FRANCA SOZZANI

Divisione VANITY FAIR, LA CUCINA ITALIANA
Direttore PAOLA CASTELLI

Advertising Manager FEDERICA METTICA

Direttore Vendite GIANCARLO ROPA

Agenzie e Centri Media Off Line: Francesca Guicciardi, Alessandra Manenti, Raffaella Spreafico, Marco Zerbini. **Digital Advertising e Grandi Mercati:** Elia Blei *Direttore*. **Centri Media Digital Lombardia:** Carlo Carrettoni *Responsabile*, Manuela Bondioli, Simona Di Liddo, Letizia Morelli, Giovanni Scibetta. **Grandi Mercati:** Giovanni Azzimonti *Responsabile*, Elena Favetto, Simona Fezzardi, Giovanni Lombardi, Laura Milano, Massimo Palmariello, Lisa Sforzini, Silvia Vietri, Jessica Zolla *Digital*, Pietro Gimmelli *Barter*, Manuela Migliosi *Responsabile Commerciale Eventi*. **Moda e Oggetti Personali:** Mattia Mondani *Direttore*. Alessandra Actis, Matteo Bartolucci, Daniela Dal Pozzo, Angela D'Amore, Antonio D'Angelo, Giorgia Guagliumi, Silvia Montessori, Pierluigi Pastres, Luigi Pugliese, Sergio Ruffo. **Beauty:** Marco Ravasi *Responsabile*, Margherita Bottazzi, Laura Giovannozzi, Giorgia Pontiggia, Arianna Rubini. **Condé Nast Studio:** Elia Blei *Direttore Commerciale*, Fabio La Motta, Francesca Mapelli. **Piemonte, Liguria, Valle d'Aosta:** Mattia Mondani *Area Manager*, Sabrina Badalamenti, Eliana Monticone. **Veneto, Trentino Alto Adige, Friuli Venezia Giulia:** Sabrina Grimaldi *Area Manager*, Paola Bandini, Gabriele Curato, Giulia Ghidoni, Rosa Lo Cascio, Riccardo Marcassa, Lara Morassutti. **Emilia Romagna, Marche, Toscana, Umbria:** Giancarlo Ropa *Area Manager*. **Emilia Romagna, Marche:** Daniela Callegari, Enrico Carfì, Caterina Cavallini, Rita Padovano, Alessandra Rossi, Danila Zoppo Martellini. **Toscana, Umbria:** Antonino Acanfora *Area Manager*, Serena Miazzo, Giuliana Montagnoni, Valeria Vicedomini. **Lazio e Sud Italia:** Antonella Basile *Area Manager*, Silvia Bochicchio, Carla Leva, Marilena Loffredo, Paola Mazza, Paolo Stermieri, Barbara Vanni, Salvatore Fasolo **(Na)** Cell. 320 6219168, Maria Rosaria Vecchioni **(Na)** Cell. 335 6450505, Anna Cavallo **(Ba)** Cell. 334 1699896, Francesco Semeraro **(Ba)** Cell. 348 3212118. **Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra:** Angela Neumann, Adeline Encontre **New York:** Alessandro Cremona. **Barcellona:** Silvia Faurò. **Monaco:** Filippo Lami. **Digital Marketing:** Manuela Muzza. **Social Media:** Roberta Cianetti.

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Presidente e Amministratore Delegato GIAMPAOLO GRANDI
Direttore Generale FEDELE USAI
Vicedirettore Generale DOMENICO NOCCO

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI, **Direttore Business Development** MICHELE RIDOLFO, **Direttore Digital** MARCO FORMENTO
Direttore Comunicazione LAURA PIVA, **Direttore di Produzione** BRUNO MORONA, **Direttore Circulation** ALBERTO CAVARA
Direttore Risorse Umane CRISTINA LIPPI, **Direttore Amministrativo** ORNELLA PAINI, **Controller** LUCA ROLDI
Direttore CN Studio ROBERTA LA SELVA, **Direttore Creativo CN Studio** CRISTINA BACCELLI
Direttore Prodotti Digitali BARBARA CORTI, **Direttore Branded Content** RAFFAELLA BUDA

Sede: 20121 **Milano**, piazza Castello 27 - tel. 0285611 - fax 028055716. **Padova**, via degli Zabarella 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700. **Bologna**, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambeccari, tel. 0512750147 - fax 051222099 - **Firenze**, via Jacopo Nardi 6, tel. 0552638789 - fax 0552009540. **Roma**, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249. **Parigi**, 4 place du Palais Bourbon 75007 Paris - tel. 00331-44117885 - fax 00331-45569213. **New York**, 125 Park avenue suite 2511 - New York NY 10017 - tel. 212-3808236 - fax 212-7867572. **Barcellona**, Passeig de Gràcia 8/10, 3° 1a - 08007 Barcelona tel. 0034932160161 - fax 0034933427041. **Monaco di Baviera**, Eierwiese 5b - 82031 Grünwald - Deutschland - tel. 0049-89-21578970 - fax 0049-89-21578973. **Istanbul**, Yenimahalle Tayyareci Fethi Sok. 28/7 Bakırkoy - 34142 Istanbul - Turkey - Cell: 0090-532-2614343 - email: arin@condenast.it

IN COPERTINA *Polpette di vitello con uova di quaglia* (pag. 125)
Ricetta di Davide Negri - *Foto di* Riccardo Lettieri

I menu di marzo

SEI PROPOSTE **SCELTE** TRA LE NOSTRE RICETTE

1 Tutto pesce

2 Festa in famiglia

Vegetariano 3

4 Gourmet

5 Facile

6 Picnic a Pasquetta

Dove andare

A MILANO E A FIRENZE PER LE **ULTIME TENDENZE** DELLA CUCINA D'AUTORE. A TORINO PER UNA GRANDE MOSTRA SULL'ITALIA E IL CIBO. E IN ALTO ADIGE PER PASSARE IN RASSEGNA 1000 FORMAGGI

A CURA DI NICOLETTA DEL BUONO
CON IL CONTRIBUTO DI DANILO POGGIO

4-6 MARZO

PIACENZA
Buon Vivere

Vetrina delle produzioni tipiche piacentine, coinvolge anche prodotti e specialità di altri territori per **promuovere** senza pregiudizi tutte le bontà della tradizione enogastronomica italiana. Con laboratori, degustazioni, convegni.
www.buonvivere.info

5-7 MARZO

MILANO
Live Wine

Salone Internazionale del **Vino Artigianale**, è la maggiore vetrina italiana dei nettari prodotti e imbottigliati da chi li segue in prima persona in vigna e in cantina. Raduna oltre 100 piccoli produttori italiani e stranieri.
www.livewine.it

11-13 MARZO

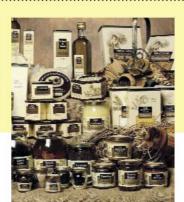
CAMPO TURES (BZ)
Festa del Formaggio

100 espositori, quasi mille tipologie di formaggio. Tra i partecipanti i **caseifici dei masi** e della regione altoatesina e produttori del resto d'Italia e anche d'Europa (Olanda, Norvegia, Polonia, Germania, Austria, Svizzera). Ricco il programma con degustazioni, cucina dal vivo con cuochi di rilievo e molto altro.
www.kaesefestival.com

DA NON PERDERE
Torna a Milano il più importante congresso italiano dedicato alla cucina d'autore.

'Nduja con sottaceti fermentati e ciabatta dello chef statunitense Bryce Shuman

11-13 MARZO
TUTTA ITALIA
LE UOVA DI PASQUA AIL
In 4000 piazze si acquista un uovo di cioccolato per sostenere l'AIL-Associazione Italiana contro le Leucemie-linfomi e mieloma. *www.ail.it*

5 MARZO
COLLE DI VAL D'ELSA (SI)
CANTINE APERTE DI CRISTALLO
Appuntamento imperdibile per assaggiare grandi vini toscani e scoprire i segreti del cristallo.
www.mtvtoscana.com

25-28 MARZO
CATTOLICA (RN)
FIERA DEGLI ANTICHI SAPORI DI MARE E DI TERRA
La più importante manifestazione dedicata ai prodotti tipici di mare e di terra della Riviera Romagnola.
www.eventi3000.com

Fotografie di Harald Wisthaler, Freddy Planinschek

12-14
MARZO

FIRENZE
Taste 11

È il salotto italiano del mangiare bene e stare bene. Vi si danno convegno, nella magnifica cornice della Stazione Leopolda, i maggiori (e migliori) **operatori internazionali** dell'alta gastronomia, ma anche il sempre più vasto e appassionato pubblico dei foodies. Un salone dedicato alle eccellenze del gusto e del food lifestyle.
www.pittimmagine.com

LA MOSTRA PROSEGUIRÀ A MOSCA, SHANGHAI, SEUL, DUBAI, CHICAGO, SAN PAOLO

16
MARZO

STUPINIGI (TO)
REGINE & RE DI CUOCHI

Parte dalla Palazzina di Caccia di Stupinigi per andare in tutto il mondo la **prima mostra tematica** dell'alta cucina italiana. Più di un'esposizione interattiva e multimediale, un vero contenitore di cultura con laboratori, presentazioni, degustazioni e i più rinomati cuochi d'Italia. *www.reginerecdicuochi.com*

6-8
MARZO

MILANO
Identità Golose

Tema della XII edizione di questo convegno ideato da Paolo Marchi, e oggi di grande seguito, è **la forza della libertà**. Grandi cuochi all'opera per una cucina senza quei pregiudizi e quegli schematismi che mortificano la creatività. Ultimo giorno dedicato ai dolci.
www.identitagolose.it

13
MARZO

MURALTO (CANTON TICINO)
Sagra del Pesce

Sul lungolago di Muralto, la manifestazione, organizzata dalla Società Pescatori Sant'Andrea, è ormai divenuta una tradizione. Inizia il mattino presto con le gare di pesca per trasformarsi in **festa popolare** con pranzo, musica, intrattenimento, giochi per i bambini e distribuzione di alborelle, i tipici pesciolini lacustri.
www.pescasantandrea.ch

5-7
MARZO

FERMO
TIPICITÀ

La sezione Food & Wine presenta il meglio delle Marche dal punto di vista enogastronomico. L'Expo delle piccole Italie è dedicata alle **realtà italiane alternative** ai grandi centri metropolitani, ma che sono veri "santuari" del cibo di alta gamma.
www.tipicita.it

4-6 MARZO
MARIANO COMENSE (CO)
SAPORI IN SCENA
Tradizioni e sapori briantei insieme alle produzioni più tipiche delle regioni italiane. Nel segno dell'eccellenza.
www.saporinscena.it

6-7 MARZO
CASTELLO SVEVO DI BARI
PARABERE FORUM 2016
Seconda edizione della manifestazione internazionale dedicata alle donne del mondo della gastronomia.
parabereforum.com

20 MARZO
ALTA BADIA (BZ)
DE DL VIN - WINE SKISAFARI
Sci & vino: ai 2000 m delle baite Bioch, I Tablà, Piz Arlara e Pralongià si degustano i migliori bianchi, rossi e spumanti dell'Alto Adige.
www.altabadia.org

Giusti adesso

UN'**ERBA DEI PRATI** PER LE INSALATE DI PASQUA E UN PECORINO DALLA STORIA MILLENARIA. UN FRUTTO CHE SEMBRA UN DESSERT E UN PESCE BUONO PER TUTTE LE ZUPPE

A CURA DI SARA TIENI

IL TARASSACO

In Piemonte lo chiamano "girasole" ed è tradizione consumarlo a Pasquetta, insieme con le uova. Ma i nomi del tarassaco, da dente di leone a soffione, a cicoria selvatica, sono molteplici, come le sue virtù. Depurativo, cresce spontaneo sino ai 2000 metri. I **boccioli dei fiori**, tradizionalmente messi sotto sale, hanno un sapore simile ai capperi. *È uno degli ingredienti della ricetta a pagina 100, 121.*

DALLE RADICI TOSTATE SI RICAVA UN CAFFÈ SENZA CAFFEINA

IL CUMINO

Greci e romani consumavano questa spezia, originaria della **Siria**, al posto del pepe e come afrodisiaco. Valido antiossidante, si usa per preparare pani e stufati. Nella cucina indiana entra nei mix come il curry o il garam masala. *È uno degli ingredienti della ricetta a pagina 119.*

Il frutto della passione

È stato chiamato così dai primi missionari che sbarcarono in Sud America, che videro nelle corolle e nei pistilli del suo fiore, simili a piccoli chiodi, i segni della passione di Cristo. Polpa e semi, profumati e lievemente acidi, sono molto usati nei **cocktail** a base di frutta. *È uno degli ingredienti della ricetta a pagina 72.*

Lo scorfano

La sua **polpa soda** è saporita e pregiata, tanto che in Toscana viene chiamato "pesce cappone". Gli esemplari più grossi (fino a 50 cm), sono ottimi in umido. Quelli piccoli, in zuppe come il cacciucco.

Spalla cruda di Palasone Sissa

Stagiona 15 mesi nelle cantine di Sissa, nella Bassa parmense, questo salume ricavato dalla spalla del maiale di **sapore intenso**, simile al culatello. Presidio Slow Food, è preparato dai maestri norcini fin dal 1170.

Il sedano

La varietà verde, detta anche a "canna piena", molto aromatica, è ottima per soffritti e brodi. Quella bianca, per snack crudi. Interessante è anche il sedano **selvatico**, di sapore pungente, che cresce lungo i corsi d'acqua. *È uno degli ingredienti della ricetta a pagina 59, 107, 109, 119, 124.*

Il Fiore Sardo

Formaggio Dop, prodotto da 2000 anni, un tempo maturava in forme di legno decorate da un fiore, da cui il nome. A base di **latte di pecora**; non stagionato, è ottimo fritto o fuso.

È il momento di

CAVOLO VERZA	PATATE NOVELLE
CIME DI RAPA	KIWI
CETRIOLI	FINOCCHIO
CARDO	CAROTE
FAVA	AGRETTI
CEDRO	ASPARAGI

UN VIGNETO DI CHARDONNAY DELLE CANTINE FERRARI ALLE PENDICI DEI MONTI DEL TRENTINO

Una passione effervescente

QUANDO L'ENOTECARIO BRUNO LUNELLI EREDITÒ INASPETTATAMENTE I VIGNETI DELL'AMICO GIULIO FERRARI POTEVA TRATTARSI DI UN **COLPO DI FORTUNA** DESTINATO A EVAPORARE IN BREVE. INVECE, DOPO TRE GENERAZIONI, MATTEO LUNELLI È DIVENTATO "SPARKLING WINE PRODUCER OF THE YEAR"

A CURA DI MAURIZIO BERTÈ

La ricerca dell'eccellenza

La buona tavola fa parte delle sue passioni?
Assolutamente sì. Amo il vino e quindi anche la cucina che lo accompagna e lo esalta.
Facciamo un po' di storia.
Nel 1902 Giulio Ferrari intuisce la straordinaria vocazione del Trentino per la produzione di bollicine Metodo Classico. Crea poche, selezionatissime bottiglie con un culto ossessivo per la qualità. Senza eredi, sceglie mio nonno, Bruno Lunelli, titolare di un'enoteca a Trento, come suo successore. Comincia così, nel 1952, la storia delle Cantine Ferrari sotto la guida della mia famiglia. La seconda generazione fa crescere l'azienda senza scendere a compromessi con la qualità e Ferrari diventa leader nell'alto di gamma delle bollicine italiane. Io faccio parte della terza generazione della mia famiglia e il nostro obiettivo è innovare restando fedeli alla tradizione.
E l'eccellenza viene riconosciuta e paga...
Le nostre bollicine accompagnano, da più di un secolo, emozioni e importanti momenti della vita istituzionale, culturale, dello sport, della moda e dello spettacolo del nostro paese. Dalla vittoria ai Mondiali del 1982 a Expo Milano 2015, alle cene di gala degli Emmy Awards di Los Angeles, Ferrari si rivela sempre e ovunque un prestigioso ambasciatore dell'arte di vivere italiana.
E il mondo ci premia: siamo appena stati nominati Produttore dell'Anno al "The Champagne and Sparkling Wine World Championships", la competizione annuale che premia i migliori Champagne e vini spumanti del mondo.

Torniamo alla tavola: quando è nata la sua passione?
Da bambino. Complici i piatti e i sapori della tradizione, della mamma e della nonna. Poi sperimentando la cucina di grandi chef, in Italia e nel mondo. Quando viaggio mi piace scoprire le cucine locali perché non c'è niente di meglio della cultura del cibo per raccontare l'identità di una nazione.

→

Leggero e senza lattosio

Butterfly è il burro leggero con il 50% di grassi in meno*, senza lattosio e senza grassi vegetali. Incredibilmente morbido e facile da spalmare. Sorprendentemente gustoso.

Scopri i segreti del nostro burro su www.meggle.it

Dal latte, prodotti di Qualità

*Il burro tradizionale contiene l'82% di grassi, Meggle Butterfly ha invece solo il 40% di grassi.

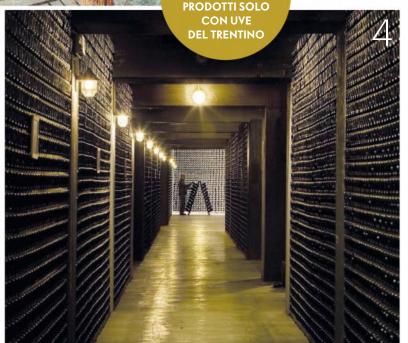
→

Parliamo di ricette. Le esegue o le consuma?
Ammetto di essere più bravo ad assaggiare che a cucinare. Ogni tanto, però, mi cimento ai fornelli, con terrore di mia moglie, perché tendo a mettere tutto a soqquadro. Confesso che, se riesco a preparare qualcosa di ben fatto, lo devo a ottimi professionisti, prima di tutti ad Alfio Ghezzi, lo chef del ristorante di Casa Ferrari Locanda Margon, che viene in mio aiuto guidandomi passo passo al telefono. Il mio cavallo di battaglia è lo spaghetto al pomodoro e qui devo dire grazie allo chef ischitano Nino Di Costanzo, che mi svelò i segreti della sua ricetta.

Dove e quando si dedica a cucinare?
In vacanza nella casa di montagna o in barca, d'estate. La più grande soddisfazione è poter cucinare un pesce appena pescato.

Che tipo di cucina le piace?
Quella legata al territorio, ma che riesce anche a esprimere eleganza. L'eleganza, secondo me, sta nella sintesi e nella semplicità, nel rifarsi al passato ma guardando al futuro.

Quanto conta l'apparecchiatura della tavola?
Il mio occhio, è naturale, cade subito sui bicchieri perché è fondamentale avere il bicchiere giusto per apprezzare un vino. Spesso penso prima a che cosa voglio bere e poi al piatto. Proprio alla Locanda Margon abbiamo proposto ai nostri ospiti di scegliere prima il vino, lasciando allo chef la scelta del piatto. Un'esperienza che è piaciuta molto.

1

DALL'ALBUM DI FAMIGLIA

1 - Bruno Lunelli, al centro, brinda in cantina con i figli Gino e Mauro, nei primi anni '70.
2 - L'elegante etichetta del *Ferrari Perlé 2009 Trentodoc*.
3 - Dettaglio dell'affresco dedicato alla vendemmia situato nella cinquecentesca Villa Margon, straordinaria architettura nel cuore dei vigneti Ferrari.
4 - Tra pupitres e milioni di bottiglie in affinamento nel processo che trasforma Chardonnay e Pinot nero in perlage dorato. Uno scorcio delle Cantine Ferrari di Trento, le più grandi d'Italia per il Metodo Classico.

Invitare è un'arte?
Penso che l'ospitalità sia un'arte profondamente italiana, e forse questo è il risvolto che più mi appassiona in quello che faccio. Noi in Ferrari abbiamo creato un percorso, tra il bello e il buono, che parte dalle nostre cantine, continua a Villa Margon, una meravigliosa residenza cinquecentesca, e arriva alla Locanda Margon, nel cuore dei nostri vigneti.

Il bere è un aspetto fondamentale del gusto?
Il pasto diventa un percorso tra territori diversi, un viaggio nel tempo, una danza di abbinamenti e di contrasti. Il vino deve dialogare con i piatti, mentre l'acqua è la compagna neutra e discreta.

I suoi abbinamenti d'elezione…
Osare e sperimentare. Ma pensando ai nostri vini, potrei suggerirne tantissimi. Le bollicine Trentodoc, vini versatili per eccellenza, si sposano a un'ampia gamma di piatti e possono accompagnare un intero pasto. Per iniziare con un aperitivo italiano: un calice di *Ferrari Perlé Trentodoc*, sostenuto dalla delicatezza di un prosciutto crudo di San Daniele o di Parma e scaglie del nostro grana, il Trentingrana. Per divertirsi: *Ferrari Maximum Rosé Trentodoc* e pizza margherita. Per sperimentare: guancia di manzo brasata, polenta e *Carapace Montefalco Sagrantino Docg* di Tenute Lunelli. Per stupire: *Giulio Ferrari Riserva del Fondatore* con una zuppa di pesce o un fritto misto.

E per finire: cin cin… con…
Be', stapperei un vino-simbolo di Casa Ferrari, che credo sia anche un simbolo delle bollicine italiane: *Magnum di Giulio Ferrari* 2004, una grande riserva che riposa sui lieviti per oltre dieci anni, in grado di vincere la sfida del tempo.

3

TUTTI GLI SPUMANTI METODO CLASSICO FERRARI SONO PRODOTTI SOLO CON UVE DEL TRENTINO

4

Fotografie Archivio Cantine Ferrari

Tupperware®
Pronti
per la festa
Vassoio Twister
Paletta Dolci Tecna
gnummy
www.tupperware.it
Numero Verde
800-821053

5 artigiani del cibo

SCOPERTI PER VOI: UOVA VERE E DI CIOCCOLATO, DOLCI **BELLI COME RICAMI**, LA COLOMBA PIÙ FRAGRANTE

TESTO SIMONA PARINI

1

"La pasticceria è **un'opera di ingegneria** *che mi ha subito conquistato".*
Carlo DALL'AVA

LA COLOMBA FRIULANA

Carlo Dall'Ava, noto tra i buongustai friulani per l'eccellente prosciuttificio di famiglia, tre anni fa decide di puntare anche sul **DOLCE**. Lo fa con la collaborazione di Sergio Pontoni Jr., il pasticciere che oggi firma le creazioni Dall'Ava Bakery utilizzando INGREDIENTI PREZIOSI. Nella colomba, la farina è quella macinata a pietra dal Molino Quaglia, il burro di panna è rigorosamente belga, i canditi sono le scorze di arance siciliane e di cedri calabresi, e le mandorle della glassa provengono dalla Val di Noto.

Un dolce salutare *Lievito madre per un impasto soffice, profumato, più digeribile. Nessun additivo né conservante.*

SAPORI NUOVI
Due le varianti di colomba Dall'Ava Bakery in pezzature da 200 grammi a 3 chili: classica, con agrumi canditi e glassa di mandorle, e con amarene di Verona e nocciole delle Langhe.

DOVE TROVARE LE COLOMBE DEL FRIULI
Dall'Ava Bakery
Loc. Ponte San Quirino 1,
San Pietro al Natisone (UD),
www.dallavabakery.it

2

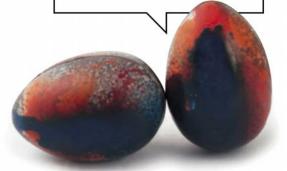
"Il mondo del cioccolato è **affascinante** *e lascia grande spazio alla creatività".*

Maurizio MAGLIO

COME UOVA DI DRAGO

Sono fiammeggiate dal fuoco delle fauci di un drago buono e simpatico le uova di cioccolato di Maglio, la cioccolateria pugliese che ha appena festeggiato i suoi primi **140 ANNI DI ATTIVITÀ**. Realizzate soprattutto con fave di cacao sudamericano dal gusto molto dolce e suadente, sono screziate di giallo, rosso, blu e bianco usando carotene e cocciniglia, antichi COLORANTI NATURALI.

DOVE TROVARE LA CIOCCOLATA

Maglio, via Zara 2, Maglie (LE), www.cioccolatomaglio.it shop.cioccolatomaglio.it

TRASGRESSIONI QUARESIMALI

Dai primi dell'800 nella confetteria Romanengo si producono i dolci quaresimali, **PECCATI DI GOLA** che nei quaranta giorni prima di Pasqua riempivano il vuoto lasciato dalla proibizione della carne. I CANESTRELLINI della casa profumati con acqua di fiori d'arancio, i mostaccioli farciti con confettura di fichi e limoni, e i marzapani ripieni di sciroppo di zucchero fondente sono a base di pasta di mandorla. E privi di burro, latte e uova.

"I 'quaresimali' sono eredi della **tradizione** *dolciaria contadina legata ai precetti religiosi".*

Pietro ROMANENGO

3

DOVE TROVARE I DOLCI DI PASTA DI MANDORLA

Antica Confetteria, Pietro Romanengo fu Stefano, Via Soziglia 74 R, Via Roma 51 R www.romanengo.it

4

"Le mie galline sono libere e felici e fanno **uova belle**, *giuste e pulite".*

Massimo RAPELLA

RACCOLTE NEL BOSCO

In Valtellina più di mille galline di razza Lohmann e Livornese **SCORRAZZANO LIBERE** in un bosco in alta collina scegliendo la sicurezza del pollaio solo di notte. Sono quelle di Massimo Rapella e della moglie Elisabetta che ogni giorno percorrono la selva raccogliendo le uova (bio) deposte per venderle nell'arco di 24 ORE.

DOVE TROVARE LE UOVA DI SELVA

Azienda agricola La Gramola, via Ganda 80h, Morbegno (SO), www.uovodiselva.it

RICAMI DI SARDEGNA

Sono come gioielli i dolcetti esposti nella vetrina della pasticceria che da quasi cinquant'anni le sorelle Nuccia e Mariolina Piccioni gestiscono a Quartu Sant'Elena con le ricette ereditate dalla madre. Sulla tavola pasquale non possono mancare le pardulas ripiene di ricotta di pecora, i gueffus a base di mandorle e zucchero e i candelaus decorati con ricami in GLASSA REALE.

DOVE TROVARE I DOLCI DELLA TRADIZIONE SARDA

Sorelle Piccioni, via Marconi 312, Quartu Sant'Elena (CA), www.sorellepiccioni.com

5

"Regaliamo un dolce **a ogni persona** *che ci viene a trovare".*

Nuccia PICCIONI

Fotografia di Riccardo Lettieri

La collina dei conigli

IN CERAMICA E PORCELLANA, ALZATINE, CIOTOLE E SIMBOLI **PRIMAVERILI** PER IMBANDIRE UN'ALLEGRA MERENDA PASQUALE

FOTOGRAFIE MATTEO IMBRIANI
STYLING IRENE BARATTO

1 2 3 4 5 6 7

1 CONIGLIO in ceramica bianca realizzato e dipinto a mano. Di MV% Ceramics Design, 25 euro. *www.mv-ceramicsdesign.it*

Fa parte della collezione "Landscape" di Ferm Living la **CIOTOLA** in porcellana distribuita da Trend-House, 20 euro *www.trend-house.it*

2 ALZATA in ceramica, linea "Liò" di L'Abitare, distribuita da Corrado Corradi. *www.corrado-corradi.it* *www.labitaremilano.com*

3 In ceramica dipinta a mano, l'**ALZATINA** di MV% Ceramics Design, 30 euro. *www.mv-ceramicsdesign.it*

CONIGLIO in ceramica di MV% Ceramics Design, 25 euro. *www.mv-ceramicsdesign.it*

4 Di Seletti, collezione "Estetico Quotidiano", il **CESTINO** in ceramica, 42 euro. *www.seletti.it*

5 UOVO in ceramica dipinto a mano di MV% Ceramics Design, 20 euro. *www.mv-ceramicsdesign.it*

Fa parte della linea "Brass", di Ferm Living, la tazza con **MISURINO** in rame, 24 euro. *www.belnotes.com*

6 In porcellana, la **CIOTOLA** di Ferm Living per Trend-House, 20 euro. *www.trend-house.it*

7 Di Lab 2729, collezione "Linea", il **MESTOLO** in massello d'acero, 34,94 euro il set da 4 pezzi. *www.belnotes.com*

COMPLEMENTI DI BON TON
Tovagliolo *Splash* in cotone, Trend-House, 35 euro il set da 4.
www.trend-house.it

LA CUCINA ITALIANA PER

ACANTO

Un ristorante d'eccellenza trova casa in un albergo di lusso nel nome della qualità

SAPORE DI CLASSE

NEL CUORE DI MILANO, all'interno del prestigioso *Hotel Principe di Savoia*, sorge il ristorante *Acanto*. Storico ritrovo dell'elite meneghina, elegante fra i suoi marmi splendenti, le grandi vetrate che lasciano libero lo sguardo sull'incantevole giardino e la suggestiva atmosfera che si respira dopo il tramonto. Oggi ancora più attraente grazie al menu rinnovato di un nuovo giovane chef, **Alessandro Buffolino**, che dopo svariate esperienze in Italia e all'estero è approdato all'***Acanto***, fondendo tutta la tradizione del territorio con un tocco moderno e sperimentale, in una sinergia fra storicità, materie prime di alto livello e innovative tecniche di preparazione. La sua proposta gastronomica è ampia e diversificata; più leggera e semplice per il pranzo, da provare la **"tavolozza dello chef"**; ricercata e di grande effetto scenografico per la cena, durante la quale gli ospiti potranno creare la propria **esperienza di degustazione**, scegliendo liberamente "a la carte".

SUNDAY BRUNCH

Un appuntamento imperdibile prende vita ogni domenica mattina in questa raffinata cornice milanese. Un luogo di relax che coniuga l'alta cucina con un momento di pura convivialità familiare, con il vivace accompagnamento di musica swing dal vivo. Quale migliore occasione del pranzo di Pasqua per sperimentare un'offerta culinaria unica in un ambiente piacevole come il ristorante Acanto? Durante la giornata un animatore coinvolgerà i più piccoli in divertenti attività.

RISTORANTE ACANTO
Piazza della Repubblica 17
Milano
02 6230 2026

Pasqua 2016 - 27 marzo

Brunch di Pasqua

Degustazione del Pescato
Salmone in bellavista, polpo, alici, pesce spada, ostriche, sushi…

Selezione di Salumi
San Daniele in morsa, salame di Varzi, guanciale, coppa piacentina, speck…

Selezione di formaggi italiani
Serviti con pane all'uvetta e confettura di pere

L'angolo del Fornaio
Focaccia di Recco con rucola e pomodori pachino, torta Pasqualina, croissant al formaggio, grissini al sesamo, selezioni di baguette

Le insalate del Contadino
Verdure in agrodolce, involtini di melanzane, misticanza, rucola noci e pomodori pachino, songino, feta e olive, ventaglio di verdure alla griglia, indivia e gorgonzola

Primi Piatti, direttamente dalle sapienti mani del "Pastaio"
Strigoli all'uovo con asparagi, vongole veraci, pomodori datterini e pinoli
oppure
Mezzi paccheri farciti con verdure primaverili e ricotta di Paestum

Secondi Piatti
Tagliata di ricciola con caponata di melanzane cotte alla brace e salsa allo zafferano
oppure
Al carrello: cosciotto d'agnello glassato al miele di castagno
oppure
Capretto al forno con carciofi di Pertosa e patate fondenti

L'angolo del dolce
Selezione di dessert pasquali con colombe farcite, tagliate di frutta e dolci assortiti

Con Flûte di Champagne

L'uovo di cioccolato fatto da me

STAMPI, SPATOLE, FRUSTE E MINIROBOT PER PREPARARE A CASA SQUISITE SORPRESE COME VERI **MAÎTRE CHOCOLATIER**

A CURA DI NICOLETTA DEL BUONO

1 Temperare

Controllata

Per temperare il cioccolato è ideale la *Ciotola Termica* con controllo della temperatura di KitchenAid: è un accessorio del robot Artisan, ma, con il cavo di alimentazione separato, può essere usata **autonomamente**. 450 watt, 349 € *www.kitchenaid.it*

Cioccomania

Si ispira ai colori del cioccolato, *Cacao*, *Noir* e *Vanilla*, il forno a microonde *Max Chocolate* di Whirlpool, dotato di **5 ricette** al cioccolato preimpostate, con funzioni per ottenere cioccolato temperato, fuso, caldo, crema pasticciera al cioccolato e pasticcini al cacao. 269 € *www.whirlpool.it*

PRONTO DA REGALARE

CON UN CUORE DI NOCCIOLE
NOCCIOLATO IN SCATOLA TRAPEZIO QUI DI CIOCCOLATO GIANDUIA, CON IL 38% DI NOCCIOLE INTERE. ANCHE IN VERSIONE BIANCA O EXTRAFONDENTE. COSTA 33 € WWW.BARATTIEMILANO.IT

CON MORBIDO STRATO AL CREMINO
UOVO DI CIOCCOLATO AL LATTE DA 350 GRAMMI DI PERNIGOTTI, CON SORPRESA E DENSO STRATO AL CREMINO. IL LATTE È SCREMATO E IL CACAO AL 33%. COSTA 20,50 € WWW.PERNIGOTTI.IT

2 Fondere

All'antica

Per fondere il cioccolato a bagnomaria, la ciotola in rame con manici in ottone di Mauviel 1830, disponibile in **quattro dimensioni**, con diametri da 26 a 40 centimetri. Fa parte della linea "M'passion". Da 159 a 219 € *www.mauviel.it*

A mano

Per mescolare il cioccolato fuso, una volta raffreddato, è utile la frusta in **acciaio inox** di Pentole Agnelli, prevista in due lunghezze: 25 o 30 centimetri. Rispettivamente: 11,21 e 11,83 € *www.pentoleagnelli.it*

La temperatura perfetta

Per controllare il punto di fusione del cioccolato serve il termometro **digitale** di Tescoma. Bianco, giallo e rosso, 23,90 € *www.tescomaonline.com*

Fotografie di iStockphoto, Riccardo Lettieri, La Camera Chiara/Stockfood, Dalibor Michalcik, Santi de Pablo

3 Glassare

Superflessibile e antiaderente

From Sambonet to Kitchen propone la spatola per glassa in silicone Soft Touch antiaderente e lavabile in lavastoviglie, nei **colori** rosso o grigio. 10,50 € *www.sambonet.it*

4 Modellare

Con decorazioni

Stampo per uovo al cioccolato di Paderno, con motivi decorativi **a rilievo**, disponibile nei colori nero o marrone. Costa 6,41 € *www.paderno.it*

In silicone

Facile da usare, lo stampo 3D per uova al cioccolato di Lékué è in **silicone atossico**. Basta versare il cioccolato fuso nelle forme, lasciare raffreddare e il gioco è fatto. Costa 11,92 € *www.lekue.com*

RICORDANDO GIAN D'LA DUJA

NOCCIOLE PIEMONTE IGP E CIOCCOLATO CAFFAREL PER IL NUOVO UOVO GIANDUIA 1865. È DISPONIBILE ANCHE NELLA VERSIONE FONDENTE E PESA 230 GRAMMI. 21,00 € WWW.CAFFAREL.COM

FLOREALE CON SORPRESA

UOVO FLOREALE CONFEZIONATO CON TULLE E COMPOSIZIONE DI TULIPANI, DI CIOCCOLATO AL LATTE, 330 GRAMMI. ALL'INTERNO UNA SORPRESA REALIZZATA DA MAESTRI ORAFI VENETI. 37,50 € WWW.PERUGINA.IT

Cosa c'è di nuovo?

DAGLI SCAFFALI DEI **SUPERMERCATI** E DA QUELLI DELLE **BOTTEGHE** SPECIALIZZATE, ECCO LA NOSTRA SELEZIONE DI PRODOTTI. TUTTI *PROVATI IN REDAZIONE*

A CURA DI ANGELA ODONE

DELIZIE NEL CESTINO

Per chi ama la tradizione e l'iconografia più caratteristica, un grazioso cestino in tela che contiene gli ovetti di cioccolato Zaini. Per stupire i più piccoli al picnic di Pasquetta. Da 250 g.

€ 4,90 *www.zainispa.it*

Unità di misura

G. Cova & C. sceglie l'antica "libbra milanese" come omaggio agli antichi mastri fornai

A Pasqua con i sapori artigianali

Per celebrare l'eccellenza della tradizione, solo la più classica delle ricette, con canditi freschi di arancia e una croccante **GLASSA MANDORLATA** e granella di zucchero. La colomba della linea *Milano* di G. Cova & C. si trova incartata a mano, in astuccio di pasticceria, nella versione shopping bag (nella foto) e nella scatola regalo.

€ 26,40 *www.panettonigcovaec.it*

Dal cuore della Baviera

Il burro Meggle morbido e GUSTOSO è ottenuto dalla lavorazione della *prima panna*. È ricco di vitamine e di acidi grassi (omega 3 e omega 6).

www.meggle.it

E-commerce

Gourmant.com è un SITO con prodotti enogastronomici di grande qualità a *prezzi competitivi*. Molto vasta è la scelta di prelibatezze dedicate alla Pasqua.

www.gourmant.com

SFUMATURE VIBRANTI

Arance, limoni, fragole e ciliegie, kiwi, banane e ananas esplodono con allegria sul foulard SICILIA di Mantero. Small carré, 70x70 cm, in crêpe 100% seta, disponibile in 4 varianti di colore.

www.mantero1902.com

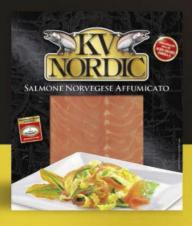
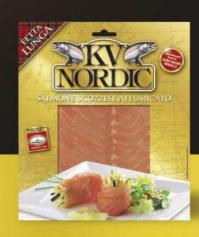
EXTRA

MINIATURE DI CASA

Si chiama *My Home* di Rosato la linea di charm che raccontano i momenti della vita: le merende con un dolcetto appena sfornato o con un ghiacciolo, una tazza di caffè fumante con le amiche. Sono tutti in argento 925 con particolari placcati oro 18 carati, in smalti colorati, con zirconi... *www.rosato.it*

Il gusto della natura

Le uova Naturelle sono disponibili in pack da 2, 4, 6 oppure 12. Di categoria A, fresche e *biologiche*.

4 uova € 1,59
www.lenaturelle.it

KENWOOD

COOKING CHEF

PREPARA E CUCINA PER TE!

Chiamalo semplicemente “Chef”.
È il tuo eccezionale aiuto in cucina. Un sistema completo per preparare tutte le ricette. Cooking Chef di Kenwood è l’evoluzione dell’unico ed inimitabile Kenwood Chef sempre pronto ad impastare, sminuzzare, grattugiare... e anche cuocere!

1

2

ALCUNE ATTREZZATURE ACQUISTABILI SEPARATAMENTE, OLTRE A QUELLE IN DOTAZIONE

Torchio per la pasta
A910

Centrifuga
AT641

Tagliatelle
AT971A

Frullatore
KAH358GL

TIRAMISÙ DI COLOMBA CON CREMA AL LIMONE E CIOCCOLATO BIANCO

PERSONE: 8

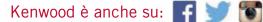
250 g di colomba pasquale
4 tuorli
80 g di zucchero
25 g di Maizena
300 ml di latte
1/2 stecca di vaniglia
1 bicchierino di rum agricole
il succo e la scorza di **1/2** limone biologico
200 g di cioccolato bianco
300 ml di panna fresca
zucchero a velo

1 Mettete in freezer 100 g di cioccolato e riducete il resto a pezzetti. Tritate grossolanamente, nel food processor con il gruppo lame, la parte superiore della colomba con la granella di zucchero, le mandorle e poca crosta e tenete da parte. Tagliate il resto della colomba a fette di un cm.

2 Versate il latte nella ciotola, con la frusta gommata e unite i semini della vaniglia e la scorza di limone. Scaldate per 5 minuti a 100°, velocità minima. A parte, in una ciotola sbattete, senza montare, i tuorli con lo zucchero ed incorporate la Maizena. Versate il composto di tuorli nel latte e cuocete ancora per 3 minuti, sempre a 100° e a velocità minima, fino al primo bollore. Spegnete, trasferite in una terrina e fate raffreddare.
Nella ciotola, ben pulita e asciugata, con la frusta gommata, portate a bollore 100 ml di panna. Spegnete, unite il cioccolato a pezzetti, mescolate finché è sciolto, trasferite in una terrina e fate raffreddare.
Lavate e asciugate bene la ciotola e riponetela in freezer.

3 Grattugiate con la grattugia a rulli* il cioccolato rimasto, tolto dal freezer, raccogliendo i trucioli in un piattino, poi rimetteteli nel congelatore. Mescolate insieme la crema alla vaniglia e quella al cioccolato con poco succo di limone.

4 Riprendete dal freezer la ciotola e, con la frusta a filo a velocità massima, montate la panna rimasta con 10 g di zucchero a velo, poi incorporatela alla crema, con una spatola a mano.
Alternate in 8 bicchieri 3 strati di fette di colomba, spruzzate di rum, con la crema. Completate con le briciole di colomba e i trucioli di cioccolato freddissimi.

**Attrezzatura optional rispetto al modello completo*

3 menu da copiare

Presto e bene

Piatti semplici, **ORIGINALI**, appetitosi, belli da portare in tavola. Con ingredienti facili da trovare. Pronti da 10 a 25 minuti

RICETTE SERGIO BARZETTI **TESTI** CRISTINA PORETTI **FOTOGRAFIE E STYLING** BEATRICE PRADA

Sformatini di zucchine e gamberi

TEMPO 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

160 g 8 code di gambero
150 g zucchine
50 g ricotta ovina
50 g insalatine miste
3 uova
maggiorana fresca
olio extravergine di oliva
sale pepe
farina e burro per gli stampini

SPUNTATE *e affettate le zucchine, mettetele nel bicchiere del mixer con le uova, la ricotta, un pizzico di foglie di maggiorana, uno di sale e una macinata di pepe.*
FRULLATE *il tutto fino a che sarà diventato una crema densa. Imburrate e infarinate 4 stampini usa e getta in alluminio.*
SGUSCIATE *le code di gambero, mettetene due in ogni stampino che riempirete, per 3/4, con il frullato di zucchine. Infornate a 180 °C per 15′.*
SFORNATE *gli stampini, sformateli e serviteli su un letto di insalatine, condito con olio e sale.*
LA SIGNORA OLGA *dice che la ricotta ovina, dal sapore più deciso, crea un contrasto stimolante con la dolcezza delle zucchine e dei gamberi. Questo sformatino è ottimo sia caldo sia tiepido.*

Pesce spada al latte di cocco e vaniglia

TEMPO 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g pesce spada a fette
400 g patate
120 g latte di cocco
erba cipollina
vaniglia – farina
olio extravergine di oliva
sale – pepe

SBUCCIATE *le patate, tagliatele a dadini e mettetele in un sacchetto da cottura. Cuocetele nel microonde per 4′ con la funzione jet (potenza 950 W).*
INFARINATE *le fette di pesce spada e rosolatele in padella, 2′ per lato, con 2 cucchiai di olio.*
UNITE *poi il latte di cocco, un pezzetto di baccello di vaniglia, un pizzico di sale e coprite.*
VOLTATE *il pesce spada dopo 1′, cuocetelo per un altro minuto e spegnete.*
TOGLIETE *le patate dal sacchetto, schiacciatele e mescolatele con un cucchiaio di olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e una cucchiaiata di erba cipollina tagliuzzata non troppo fine.*
SERVITE *il pesce spada con le patate schiacciate.*

Spuma al mascarpone con colomba

TEMPO 15 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

150 g yogurt greco
150 g mascarpone
100 g colomba
20 g zucchero – **2** kiwi
1 banana – mezza pera
1 limone non trattato

TAGLIATE *la colomba a dadini e tostatela in forno a 180 °C per 5-6′.*
SBUCCIATE *la frutta e tagliatela a dadi poi irroratela con poco succo di limone per non farla annerire.*
MESCOLATE *lo yogurt con il mascarpone, aggiungete lo zucchero, la scorza grattugiata e un cucchiaino di succo di limone.*
METTETE *in bicchiere o in una ciotolina la frutta, la spuma e i dadini di colomba decorando a piacere con foglie di menta.*

TABELLA DI MARCIA

1 Scaldate il forno e tostate la **colomba**.
2 Preparate gli **sformatini** e cuoceteli nel forno già caldo.
3 Pelate e tagliate le **patate**, poi cuocetele nel microonde.
4 Tagliate la **frutta** a dadi e bagnatela con succo di limone.
5 Preparate la **spuma** e mettetela in frigorifero.
6 Cuocete il **pesce spada** e componete il dolce.

15
MINUTI
TUTTO PRONTO IN
40
MINUTI
Spuma al mascarpone con colomba
Pesce spada al latte di cocco e vaniglia
25
MINUTI
Sformatini di zucchine e gamberi
15
MINUTI

10
MINUTI
Insalata mista croccante
10
MINUTI
TUTTO PRONTO IN
35
MINUTI
Francesino con cicorie, tonno e mozzarella
Involtini di maiale con pane al pomodoro
15
MINUTI

Francesino con cicorie, tonno e mozzarella

TEMPO 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g cicorie miste (cicoria selvatica, cicorino, radicchio verde, catalogna)
400 g 4 francesini
400 g mozzarella di bufala
200 g tonno al naturale
1 spicchio di aglio
peperoncino
olio extravergine di oliva – sale

LAVATE *e scottate le cicorie per 2′ in acqua bollente. Scolatele e saltatele in padella con 2 cucchiai di olio, uno spicchio di aglio e un pezzetto di peperoncino per altri 5′.* **SALATE** *le cicorie solo a fine cottura.* **AFFETTATE** *la mozzarella; scolate e sbriciolate il tonno.* **APRITE** *i panini, farciteli con le cicorie, il tonno e la mozzarella.* **COMPLETATE** *con un filo di olio, chiudete e serviteli tagliati a piccoli tranci.*

LA SIGNORA OLGA *dice che le cicorie si scelgono a piacere, secondo la disponibilità della stagione e del mercato.*

Scelti per voi

STILE IN TAVOLA

Anticipano l'arrivo della primavera e dei giorni di Pasqua i colori freschi e delicati dei tessuti e delle stoviglie. In cucina, con il **forno a microonde** Jet Chef di Whirlpool, la cottura delle patate sarà più veloce e perfettamente omogenea.

PROVATI E APPROVATI

Insaporisce con una nota agrodolce le verdure della frittata l'**aceto Balsamico di Modena Igp** creato da Ponti da mosti di uva e da aceto di vino biologici. Eccellente formaggio svizzero a pasta extradura, lo **Sbrinz Dop** è ideale da aggiungere alle frittate o da grattugiare su verdure cotte e sulla pasta. Porta una nota di festa nei dolci quotidiani la **colomba** di Fiasconaro, fragrante e molto digeribile grazie a materie prime scelte e alla lievitazione lenta con pasta madre.

TABELLA DI MARCIA

1. Preparate il **pane** per gli involtini.
2. Formate gli **involtini** e cuoceteli.
3. Scottate le **cicorie**.
4. Tagliate le **verdure** per l'insalata.
5. Sbriciolate il tonno e affettate la **mozzarella**.
6. Farcite i **panini** e tagliateli a trancetti.
7. Condite l'**insalata** e servitela con gli involtini.

Involtini di maiale con pane al pomodoro

TEMPO 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g 12 fettine di carpaccio di lonza di maiale
150 g pangrattato
50 g grana grattugiato
20 g gherigli di noce
20 g concentrato di pomodoro
timo fresco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

FRULLATE *il pangrattato con il grana, le noci, il concentrato e un pizzico di foglie di timo e mescolate poi con 4 cucchiai di olio.* **TENETE** *da parte una cucchiaiata di pane. Spalmate il resto sulle fettine di lonza già salate e pepate.* **ARROTOLATE** *e infilate gli involtini ottenuti a 3 a 3 su coppie di stecchi.* **SALTATE** *gli involtini in padella con un cucchiaio di olio facendoli colorire bene su tutti i lati.* **ABBASSATE** *il fuoco, coprite e lasciate cuocere per un altro paio di minuti, in tutto 5-6′.* **DISTRIBUITE** *sugli involtini il pane rimasto, spegnete e servite.*

LA SIGNORA OLGA *dice che le fettine di lonza devono essere sottilissime per permettere una cottura molto veloce.*

Insalata mista croccante

TEMPO 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

100 g carota
100 g zucchina novella
50 g sedano verde
50 g mela
30 g spinaci novelli
senape aromatica
olio extravergine di oliva
aceto di mele – sale

TAGLIATE *con il pelapatate la carota a nastri sottili.* **RIDUCETE** *a pezzetti il sedano, a dadini la mela, lavata e non sbucciata, e a filetti la zucchina.* **MESCOLATE** *tutto con gli spinaci novelli lavati e scolati.* **EMULSIONATE** *3 cucchiai di olio, 2 cucchiai di aceto di mele, 2 cucchiaini di senape e un pizzico di sale.* **CONDITE** *l'insalata e servitela subito perché non perda la sua croccantezza.*

Catalogna

Foto ingrediente 123rf

Nel bicchiere

Per accompagnare tutti i piatti dei nostri menu veloci del mese, tre vini e una birra molto vitali, perfetto trait d'union tra gli ultimi rigori invernali e i primi tepori della nuova stagione.

BIANCO Veneto Bianco Frizzante Igt "Bianco S.L." 2014 Alla Costiera Da uve glera, quelle del Prosecco, con una piccola parte di moscato, un vino bio vivace e dissetante, come un fresco succo d'uva. 9 euro.

BIANCO Rio Bagno Bianco 2014 Bragagni Andrea Bragagni è tra i più interessanti interpreti dei vitigni autoctoni romagnoli. Qui, mescolando uve albana e rarissime uve famoso, crea un vino quotidiano interessante, con aromi minerali e agrumati e un sapore "acceso". 8 euro.

ROSSO "Ca' Lombarda" 2014 Il Cavallino di Sauro Maule Dai Colli Berici nel Vicentino un'artigianale ed espressiva interpretazione in chiave territoriale del classico binomio bordolese di merlot e cabernet sauvignon. 11 euro.

BIRRA "Saison IPA" Birrificio Opperbacco Dall'Abruzzo, spezie e 6 varietà di luppolo per una birra amara e cremosa, con note floreali e fruttate e un sapore di agrumi. 9 euro.

Scelti per voi *da Gianluca Ladu*
www.vinoir.com

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***29 gennaio***

Orecchiette con crema di fave, mandorle e ricotta

TEMPO 15 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
350 g orecchiette fresche
150 g fave fresche piccole
100 g ricotta
50 g mandorle non pelate
menta fresca – sale – pepe
olio extravergine di oliva

SCALDATE *una pentola di acqua con le foglie di un paio di rametti di menta e, al bollore, salatela.*
FRULLATE *100 g di fave con la ricotta, le mandorle, una macinata di pepe, un pizzico di sale e un paio di cucchiai di olio fino a ottenere una crema.*
VERSATE *nell'acqua bollente le orecchiette che cuoceranno, al dente, in circa 4'.*
SCOLATE *le orecchiette, saltatele in padella per un paio di minuti, con le fave rimaste e un filo di olio, poi completate mantecandole con la crema di ricotta.*
LA SIGNORA OLGA *dice che le fave devono essere molto piccole e fresche in modo che la buccia sia sottile e quindi non sia necessario pelarle.*

Frittata di erbe di campo con Sbrinz

TEMPO 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g erbe di campo (borragine, crescione, tarassaco, finocchietto)
80 g formaggio Sbrinz
50 g latte – **8** uova
aceto balsamico
olio extravergine di oliva – sale

LAVATE *le erbe e scottatele in padella con 2 cucchiai di olio per un paio di minuti, quindi bagnatele con un cucchiaio di acqua, copritele e cuocetele per altri 2'.*
SALATE *le erbe a fine cottura e conditele con un cucchiaio di aceto balsamico.*
GRATTUGIATE *lo Sbrinz con la grattugia a fori larghi.*
MESCOLATE *le uova con le verdure, aggiungete lo Sbrinz, il latte, poi aggiustate di sale.*
SCALDATE *un cucchiaio di olio in una padella (ø 24 cm), versate il composto di uova, smuovetelo con il cucchiaio per distribuire uniformemente le verdure, coprite e cuocete, a fuoco medio, per 6-7'.*
VOLTATE *la frittata e cuocetela dall'altro lato, per altri 3-4', scoperta.*
SERVITE *la frittata calda, o tiepida, tagliata a spicchi.*

Barba di frate e salsa al limone

TEMPO 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g barba di frate pulita
1 limone – formaggio grana – alloro
olio extravergine di oliva – sale

SCOTTATE *la barba di frate in acqua bollente non salata con un cucchiaio di olio e 2 foglie di alloro per 5' dalla ripresa del bollore.*
PELATE *a vivo mezzo limone.*
CONDITE *la barba di frate con un'emulsione preparata con il succo dell'altro mezzo limone, 2 cucchiai di olio e un pizzico di sale.*
COMPLETATE *infine con gli spicchi di limone pelati a vivo e una generosa grattugiata di grana o, a piacere, di formaggio Sbrinz, se già lo avete usato per la frittata.*
LA SIGNORA OLGA *dice che la barba di frate ha una stagionalità molto breve. Un'ottima alternativa sono gli spinaci novelli.*

TABELLA DI MARCIA

1. Lavate e scottate le erbe di campo, unite lo Sbrinz, le uova e cuocete la **frittata**.
2. Lessate gli **agretti**.
3. Frullate la ricotta con le **fave**.
4. Cuocete le **orecchiette**.
5. Scolate e **condite** gli agretti.
6. Saltate le orecchiette con le fave tenute da parte e conditele con la **crema di ricotta**.

15
MINUTI
Frittata di erbe
di campo con Sbrinz
20
MINUTI
Orecchiette
con crema di fave,
mandorle e ricotta
TUTTO
PRONTO IN
30
MINUTI
Agretti con salsa
al limone
10
MINUTI

Fate il vostro GIOCO

SE IN CASA CI SONO SOLO LE **UOVA E POCO ALTRO**, SI PUÒ INVENTARE UN PIATTO DIVERSO ALMENO OGNI GIORNO DELL'ANNO. BUON DIVERTIMENTO!

RICETTE WALTER PEDRAZZI **TESTI** LAURA FORTI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

1 *Zucchine grigliate*

2 *Pancarré tostato*

3 *Fave lessate e pelate*

4 *Insalatina mista*

5 *Panino al latte tostato*

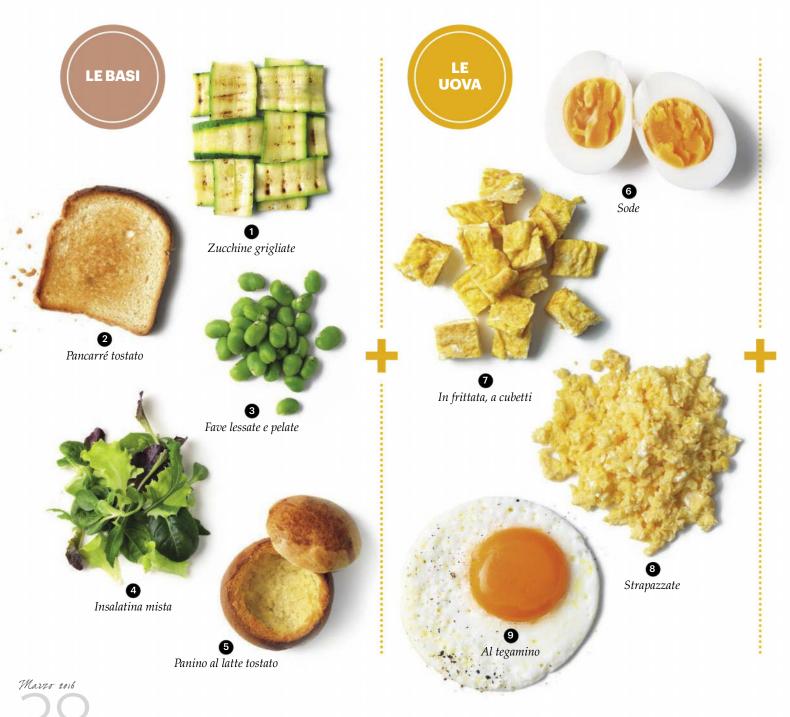
6 *Sode*

7 *In frittata, a cubetti*

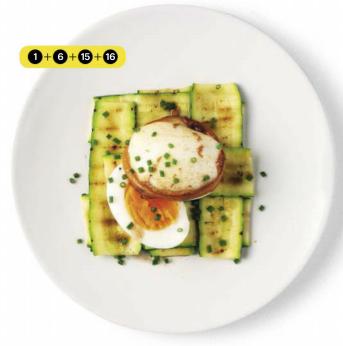
8 *Strapazzate*

9 *Al tegamino*

Le nostre combinazioni
alla pagina seguente

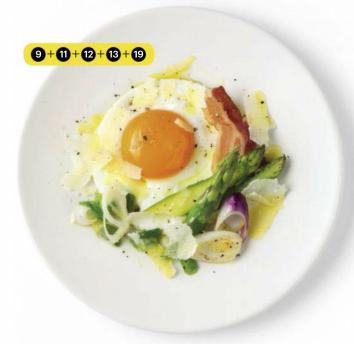
Come funziona

IL MECCANISMO
Scegliete tra le "basi", decidete quale cottura dell'uovo preferite, mettete insieme le "aggiunte" che vi piacciono e completate con gli "accenti" dell'ultima colonna.

LE REGOLE
Non esistono obblighi, a parte scegliere almeno un uovo! Potete però invertire le "basi" con le "aggiunte": per esempio, il prosciutto cotto o il bacon possono stare sotto l'uovo, anziché sopra, mentre l'insalatina mista o le fave si possono unire come completamento. Tutti gli ingredienti possono essere utilizzati anche insieme, senza limiti di numero: per esempio, potete decidere di arricchire il vostro uovo con 2 o 3 "aggiunte" e di completarlo con uno o più "accenti", appoggiandolo su una "base"... o su due.

Le nostre combinazioni

GOLOSO

Intrecciate le zucchine grigliate, appoggiatevi sopra le uova sode tagliate a metà. Fondete in padella una fetta di scamorza e adagiatela sull'uovo. Completate con erba cipollina.

PRIMAVERILE

Preparate una frittata con 4 uova; tagliatela a dadini e appoggiateli su un letto di fave lessate e pelate. Completate con scaglie di grana ed erbe aromatiche.

CLASSICO

Servite le uova al tegamino con asparagi, bacon croccante, cipollotti brasati e scaglie di grana. Completate con sale e una generosa macinata di pepe.

DOLCE E RICCO

Strapazzate le uova cuocendole con un pizzico di zucchero di canna; mettetele nei panini al latte e completate con ricotta, confettura, mandorle e lamponi.

*Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il **19 gennaio***

WWW.CAFFEVERGNANO.COM

Eletto Prodotto dell'Anno.
È Compostabile. È Caffè Vergnano.

LE CAPSULE SONO COMPATIBILI CON LE MACCHINE AD USO DOMESTICO A MARCHIO NESPRESSO®*

Ricerca di mercato PdA© su una pre-selezione di prodotti innovativi venduti in Italia, condotta da IRI su 12.000 consumatori con più di 15 anni, svoltasi a gennaio 2016. www.prodottodellanno.it cat. capsule caffè

*Il marchio non è di proprietà di Caffè Vergnano S.p.A. né di aziende ad essa collegate.

10 CAPSULE MADE IN ITALY
CREMOSO
DA SMALTIRE NELL'ORGANICO
CAPSULE COMPOSTABILI*
CAFFE' VERGNANO 1882
Èspresso 1882
CAPSULE COMPATIBILI CON LE MACCHINE AD USO DOMESTICO A MARCHIO NESPRESSO®* E CON LE MACCHINE ÈSPRESSO1882 TRÈ

OK compost
VINÇOTTE 448

CAPSULA COMPOSTABILE SECONDO LA NORMA UNI EN 13432:2002. SMALTISCI LA CAPSULA NELLA RACCOLTA DIFFERENZIATA DELL'ORGANICO CHE VIENE INVIATA IN IMPIANTI DI COMPOSTAGGIO CONTROLLATI E SECONDO LE INDICAZIONI DEL COMUNE DI RESIDENZA! NON SMALTIRE IN AUTONOMI SISTEMI DI COMPOSTAGGIO DOMESTICO.

Sulla via delle spezie

CORROBORANTI, DIGESTIVI, SOCIALIZZANTI.
TRA FRUTTA TROPICALE E **SCOSSE AROMATICHE**

COCKTAIL DRINKABLE BEREBENEOVUNQUE **TESTI** ANGELA ODONE
FOTO RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

DISSETANTE
Potete sceglìere di servirlo al posto della frutta a fine pasto. Oppure in abbinamento a una fetta di colomba

analcolico

DOPOCENA
In questo cocktail il Pisco, distillato di vino sudamericano, accompagna bene una degustazione di cioccolatini fondenti

YELLOW PASSION

Ingredienti per 1 cocktail
***12 cl** succo di banana*
soda (o acqua gassata) – lime
zucchero di canna grezzo
zenzero fresco

Raccogliete nel bicchiere mezzo lime tagliato a dadini, 2 cucchiaini di zucchero, 2 pezzetti di zenzero e pestate delicatamente. Aggiungete una spruzzata di soda per sciogliere lo zucchero, poi unite il succo di banana, ghiaccio tritato e mescolate bene. Infine colmate con la soda e decorate a piacere.

alcolico

RAPA NUI

Ingredienti per 1 cocktail
***250 g** polpa di papaia – **3,5 cl** Pisco – arancia*
zucchero – noce moscata – pepe bianco

Frullate la polpa di papaia con 10 cl di acqua e 2 cucchiaini di zucchero. Raccogliete nello shaker 2 cl di succo di arancia, 1 cucchiaino di zucchero, un pizzico generoso di pepe, il Pisco e 5 cl della papaia frullata. Unite ghiaccio e shakerate con energia. Filtrate nel bicchiere e completate con una grattugiata di noce moscata. Usate il resto del frullato di polpa di papaia per preparare altri cocktail.

*Questi drink sono stati preparati, assaggiati e fotografati per voi nella nostra cucina il **30 novembre***

il profilo sapore
- SPEZIATO
- FRUTTATO

IL LETTORE IN REDAZIONE

LELE DI BLASIO
Per anni ha lavorato in banca, finché non ha deciso di dedicarsi totalmente all'Associazione con cui già collaborava, il CIAI (Centro Italiano Aiuti all'Infanzia). Per seguire i progetti di aiuto ai piccoli, Lele ha viaggiato nei paesi più diversi, conoscendone anche le tradizioni alimentari. Appassionato di cucina, fa sempre tesoro di ogni scoperta, cercando poi di rielaborarla a casa. Ama i piatti umili, che costano poco e rendono molto, come questa yassa che, spiega, è il nome del condimento: un mix che si usa anche con altre carni o con il pesce.

Per accompagnare la yassa Lele suggerisce una Ribolla gialla: "Le sue note fruttate si armonizzano con le spezie contenute nel piatto".

Carattere africano

IN SENEGAL, QUESTO POLLO SPEZIATO ACCOMPAGNATO CON RISO O CUSCUS È UN POPOLARE CIBO DI STRADA. QUI **ADATTATO** PER INCONTRARE I GUSTI EUROPEI

A CURA DI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

PRONTO IN 90 MINUTI

Alla pagina seguente i passaggi per realizzare la ricetta

LA RICETTA

Yassa di pollo

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 30' più 6 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE
1,5 kg cipolle
1 kg 1 pollo
200 g cuscus medio precotto
200 g senape forte aglio
peperoncino dolce fresco verde e arancione
curcuma paprica dolce limone
zenzero in polvere menta fresca
olive verdi dolci brodo vegetale
olio extravergine di oliva sale

1 TAGLIATE *il pollo a pezzi. Mondate le cipolle e affettatele; raccoglietele in una ciotola con uno spicchio di aglio sbucciato e schiacciato. Condite tutto con la senape e il succo di mezzo limone.*

2 MONDATE *un peperoncino, sminuzzatelo finemente e unitelo alle cipolle, con un pizzico di paprica, curcuma e zenzero.*

3 UNITE *i pezzi di pollo e mescolateli con il condimento, massaggiandoli un po' con le mani. Lasciateli poi marinare coperti, in frigorifero, per almeno 6 ore. Meglio però lasciarli riposare per una notte.*

4 TOGLIETE *i pezzetti di pollo dalla marinata, spellateli e rosolateli in una padella con 2-3 cucchiai di olio, per circa 3-4'. Voltateli e abbrustoliteli per altri 3'. Aggiungete tutta la marinata e mescolate.*

5 BAGNATE *con 2-3 mestoli di brodo caldo, mettete il coperchio e stufate per circa 50', salando a metà cottura e aggiungendo un po' di brodo se il pollo dovesse asciugarsi troppo. Negli ultimi 10', unite le olive.*

UN TOCCO DI GENTILEZZA

"La yassa di pollo è un piatto diffuso in tutta l'Africa subsahariana", racconta Lele. "Là, le donne utilizzano spezie in quantità e tagliano la cipolla grossolanamente per un risultato decisamente rustico. Io l'ho affettata più finemente e l'ho stufata a lungo, per ottenere un gusto **meno aggressivo** e una consistenza un po' più cremosa. Infine, ho pensato di presentarlo in un modo un po' più garbato".

6 PREPARATE *intanto il cuscus: versatelo in una ciotola e copritelo con il brodo, seguendo le istruzioni indicate sulla confezione.*

7 SGRANATE *il cuscus quando avrà assorbito tutto il brodo, ungendolo con un filo di olio. Profumatelo con un ciuffetto di menta fresca tritata. Servitelo con la yassa di pollo.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il **25 gennaio**

OLDANI INTERPRETA LA TRADIZIONE

Spaghetti a cacio e pepe

UN PIATTO ESSENZIALE E ROBUSTO DIVENTA UN **ANTIPASTO RICERCATO**. UNO STIMOLO PER SPERIMENTARE TRA I FORNELLI

RICETTA DAVIDE OLDANI
A CURA DI LAURA FORTI
PREPARAZIONE ALESSANDRO PROCOPIO
RITRATTO SEBASTIANO ROSSI
FOTOGRAFIE E STYLING BEATRICE PRADA

Cambio di rotta

Con questo numero Super Pop inaugura un nuovo tema: la rivisitazione d'autore di alcune tra le più tipiche ricette della nostra tradizione nella loro versione classica.

Trasformo il **FORMAGGIO** *da condimento a protagonista*

LO CHEF
DAVIDE OLDANI
Ideatore della Cucina POP Ristorante D'O, San Pietro all'Olmo di Cornaredo (MI).

LA RICETTA TRADIZIONALE

È una delle pastasciutte più note della tradizione romana, fondata soprattutto sulla qualità del "cacio", il tipico pecorino locale. È semplicissima solo in apparenza: la sua perfetta riuscita, infatti, dipende da un preciso equilibrio tra l'acqua residua rimasta sulla pasta scolata e il tempismo con cui vi si mescola il formaggio.

IMPEGNO Facile
TEMPO 25′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
350 g spaghetti
80 g pecorino romano
sale – pepe pestato al momento

Lessate gli spaghetti in abbondante acqua moderatamente salata e scolateli poco, in modo che conservino un po' dell'acqua di cottura.
Versate gli spaghetti in una zuppiera ben calda e cospargeteli con il pepe e il pecorino. Mescolate energicamente in modo che il formaggio si sciolga a contatto con gli spaghetti, formando una cremina che condisce la pasta, lasciandola saporita e morbida. Servite subito in una fondina calda.

LA RICETTA D'O

Salsa cacio e pepe con spaghetti croccanti

IMPEGNO Facile
TEMPO 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g latte
30 g pecorino romano mezzano
16 spaghetti – amido di mais
olio di arachide – limone
rafano fresco – sale – pepe in grani

1 SCALDATE *il latte fino al bollore, aggiungete un cucchiaino da caffè di amido di mais diluito in 2 cucchiai di acqua fredda e fatelo addensare per 1-2′. Unite il pecorino grattugiato e un pizzico di sale, poi frullate con un frullatore a immersione.*
2 PESTATE *i grani di pepe in un mortaio, poi setacciateli: la scorza, più dura, leggera e aromatica, si separa dall'interno dei grani, che è più piccante.*
3 LESSATE *gli spaghetti oltre il tempo di cottura indicato, scolateli, asciugateli e immergeteli 4 per volta per 2′ in olio bollente, finché non diventano croccanti. Completate la crema con il pepe, scorza di limone e rafano grattugiati. Servite con gli spaghetti, che vanno spezzati e intinti nella crema.*

LE INNOVAZIONI *Si utilizza meno pecorino rispetto alla ricetta classica, facendolo "sciogliere" nel latte, anziché nell'acqua di cottura della pasta. L'amido residuo contenuto nell'acqua, che rendeva cremosa la salsa, è sostituito dall'amido di mais. Scartando la parte più piccante del pepe e usando solo quella più aromatica, si ottiene un insieme più profumato e meno aggressivo. La scorza di limone e il rafano aggiungono sfumature intense e fresche, che animano di nuova verve la pastosità della crema di pecorino.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***14 dicembre***

LA CUCINA ITALIANA PER

PAM PANORAMA

dal Cooking Show di Canale 5

UNA RICETTA PER LA DOMENICA

NUOVE IDEE PER IL PRANZO DELLA DOMENICA?
PRENDI SPUNTO DALLA TRASMISSIONE
DI CANALE 5 E PRENDI GLI INGREDIENTI MIGLIORI

Il pranzo della domenica non passa mai di moda perché ha perso le formalità e ha mantenuto intatto il piacere di mangiare insieme. Lo conferma il successo de ***"Il pranzo della domenica"***, la trasmissione del giorno di festa di Canale 5. Nel Cooking Show si scoprono ricette sorprendenti per accogliere amici o familiari senza passare la giornata in cucina. Il segreto è soprattutto nella scelta degli ingredienti, freschi e di stagione. E a fare da guida è **Pam**, il supermercato tutto italiano che da oltre 50 anni punta sul fresco di qualità. Un esempio? Negli anni '70 al **Pam** di Milano nasce il primo banco del pesce fresco. Con questa esperienza puoi scegliere con tranquillità, puoi trovare consigli sulla preparazione, puoi contare su un servizio di pulizia e taglio. Il tutto a un prezzo conveniente, perché Pam significa **Più A Meno.**

MENU VISTO IN TV: LA CAMPANIA

Vuoi completare il tuo menu? Ecco il pranzo della domenica in Campania presentato nel Cooking Show di Canale 5. Come primo: **Scialatielli mare e monti**, la pasta che unisce i frutti di mare al gusto rustico dei broccoli e della melanzana. E come dessert: **Dolcezza agli agrumi**, dolce al cucchiaio profumato di limone e arance.

Tutte le ricette su: **www.video.mediaset.it**

DOVE

I PESCHERECCI PAM PANORAMA: DAL MARE AL PUNTO VENDITA IN MENO DI 24 ORE

Una rigorosa organizzazione porta il pesce freschissimo ogni giorno in tutti i negozi **PAM PANORAMA**. I 9 pescherecci solcano ogni notte l'Adriatico e trattano almeno 10 specie diverse di pesce. Il pescato è controllato e inviato nei punti vendita prima delle ore 9, senza mai interrompere la catena del freddo.

GLI INGREDIENTI SONO IL VERO SEGRETO

Gli ingredienti utilizzati per le ricette del Cooking Show "Il pranzo della Domenica" sono una selezione dei freschi e dei migliori prodotti PamPanorama.

I TESORI DI PAM PANORAMA: L'ECCELLENZA A PORTATA DI MANO

Organizza un viaggio gastronomico nelle bontà italiane! Ogni domenica gusta una tappa, scegliendo tra i **TESORI DI PAM PANORAMA**, una selezione premium di prodotti food dedicata a chi cerca solo il meglio della tradizione italiana. Si tratta di ricercate specialità territoriali tra i migliori prodotti della tradizione italiana, con materie prime di straordinaria bontà e pregiate lavorazioni artigianali.

Sapore di mare (*calamari ripieni*)

INGREDIENTI

2 calamari freschi,
300 g pomodori secchi sott'olio,
100 g capperi,
pane in cassetta o mollica,
50 g zucchero di canna,
2 cucchiai concentrato di pomodoro, ·
bicchiere glassa di aceto balsamico,
spinacino fresco,
aglio, prezzemolo,
vino bianco novello, timo,
olio evo, sale, pepe.

PREPARAZIONE

PULISCI i calamari facendo attenzione a mantenere intatto il sacco. Stacca le teste tirando delicatamente, elimina l'osso cartilagineo ed eventuali interiora presenti. Separa i tentacoli dagli occhi, elimina il becco corneo che si trova al centro, raschia le ventose con un coltello e sciacqua tutto sotto l'acqua.

METTI pane, prezzemolo, sale, olio, pepe, il concentrato e le teste dei calamari tritate finemente in un recipiente strofinato con aglio. Farcisci i calamari con il composto e chiudili con uno stuzzicadenti. Scottali in una padella con olio e aglio e bagna con il vino. Appena ritirato, metti olio, timo e aglio e inforna per 15' a 180°.

PREPARA la salsa frullando i pomodori secchi e i capperi con olio. Setacciala per ottenere una crema uniforme. Una volta cotti i calamari, tagliali a medaglioni e disponi nel piatto. Guarnisci con la salsa, qualche foglia di spinacino fresco e pezzetti di pomodoro secco.

ABBRACCI DI SFOGLIA
Conquistate i vostri ospiti con questi nidi di carciofi e le loro deliziose ovette.

"Di marzo ai ventidue, vien la Pasqua più bassa, d'aprile ai venticinque, ci arriva e mai li passa"
Proverbio popolare

Trovate la ricetta a pagina 58

Delicate armonie di Pasqua

UNA TAVOLA **FIORITA COME UN PRATO** PER FESTEGGIARE CON UN PRANZO D'ECCEZIONE: UOVA, PASTA FRESCA, AGNELLO E CIOCCOLATO PREPARATI CON ELEGANZA E CON UN TOCCO DI LEGGEREZZA

RICETTE WALTER PEDRAZZI
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1 Aperitivo con praline di tuorlo

IMPEGNO Facile
TEMPO 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
Cocktail
900 g tisana al finocchio
900 g acqua tonica – finocchio – lime
lamponi – zucchero di canna
Praline
100 g pane casareccio
80 g fave lessate sbucciate
80 g ricotta – **6** uova – origano – lime
olio extravergine di oliva – sale – pepe

COCKATIL *Mescolate la tisana al finocchio con l'acqua tonica. Inumidite il bordo dei bicchieri con mezzo lime, intingeteli nello zucchero di canna e disponete sul fondo di ognuno tre o quattro lamponi. Riempiteli con la bibita e completate i cocktail con scorzette di lime e bastoncini di cuore di finocchio.*
PRALINE *Tagliate a fette il pane, ungetelo di olio, conditelo con un po' di origano e tostatelo in forno finché non sarà ben biscottato.*
RASSODATE *le uova, poi sgusciatele e separate i tuorli dagli albumi.*
FRULLATE *il pane e mettete la polvere ottenuta in un vassoietto. Frullate i tuorli con la ricotta e le fave; azionate il frullatore a impulsi, per non spappolare troppo la crema, poi lavoratela con un cucchiaio, completandola con sale, pepe, un filo di olio e il succo di mezzo lime.*
FORMATE *degli gnocchetti con il composto di tuorli e passateli nel pane, dando loro la forma di piccole palline. Servitele insieme al cocktail completando a piacere con foglie di insalata fresca e con gli albumi passati al setaccio.*

Aggiungendo uno spruzzo di vino bianco frizzante, il cocktail acquista verve

1

BONBON
Servite le praline in pirottini di carta colorata oppure in piattini, appoggiandole sopra qualche foglia di insalata fresca.

LA TAVOLA
L'occasione richiede una cura particolare nell'abbinamento di materiali e colori. Ecco le nostre scelte: vassoio trasparente in apertura, piattini trasparenti lavorati, bicchieri cocktail e acqua tutto di Kartell; piatti bianchi e ovale da portata dell'arrosto Bitossi Home; calici Zafferano; sottopiatti e posate Mepra; fiori Michela Pozzato; conetto nei piatti Comatec; nastro Brizzolari.

I FIORI
Nel vaso, un bouquet di lillà, giacinti, ranuncoli e tulipani.

IL DECORO
Conetti con gli stessi fiori del bouquet e un ovetto di quaglia ornano i piatti.

Nel bicchiere

DI **GIUSEPPE VACCARINI**

Quattro vini per accompagnare i diversi momenti del menu: dai bianchi di inizio al rosso per il piatto centrale, fino al dolce.

FRIZZANTE Conegliano - Valdobbiadene Prosecco Superiore Dry "Undici", Tenuta Col Sandago Con le sue note eleganti di frutta bianca e fiori e la spuma fine e persistente è ideale insieme ai fagottini di crespelle. 9,50 euro.

BIANCO Collio "4 note" 2014 Cantine Beladea Ha profumi ampi, con sentori di pesca bianca e pera, glicine e camomilla. La moderata gradazione alcolica lo rende adatto ai più vari abbinamenti: qui con gli spaghetti alla chitarra e con i nidi di carciofi. 16 euro.

ROSSO Toscana Rosso 2012 Petra Cantina Petra Complesso, con profumi di confettura di more e di mirtilli e note di rosmarino e spezie, ha sapore pieno e persistente. Esalta l'arrosto di agnello. 50-60 euro.

DOLCE Vino santo Trentino 2001 Gino Pedrotti Con finissime note di frutta candita e uva passa, è morbido e vellutato, equilibrato da una nota di acidità. Ottimo con i gusci pralinati di cioccolato. 25 euro (bottiglia da 375 ml).

IN ANTICIPO
Per portarvi avanti, cuocete le crespelle il giorno prima.

2 Fagottini con sorpresa

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 1 ora e 15'

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
150 g latte – **60 g** farina – **6** tuorli – **6** asparagi
2 cipollotti – **2** filetti di acciuga sott'olio
1 uovo – burro – semi di papavero
olio extravergine di oliva – sale

MESCOLATE *il latte con la farina e un uovo intero, ottenendo una pastella. Cuocetela versandola in una padella (ø 18-20 cm) unta con poco burro, fino a ottenere 10-12 crespelle: queste ultime devono essere molto sottili, perciò versate un mestolo abbondante nella padella e riversate l'eccedenza nella ciotola, in modo che sul fondo della padella ne rimanga uno strato di 1-2 mm.*
IMMERGETE *i tuorli in acqua appena fremente (circa 90 °C) e cuoceteli per 2', quindi raffreddateli in acqua fredda e scolateli su carta da cucina.*
DISPONETE *una crespella in una ciotolina, facendo fuoriuscire i bordi; mettete al centro un tuorlo, salatelo e chiudetevi la crespella intorno, a fagottino, aiutandovi con spago da cucina.*
PREPARATE *così altri 5 fagottini, poi immergeteli in burro fuso, poi nei semi di papavero. Appoggiateli su una placca e infornateli a 200 °C per 5-6'.*
MONDATE *e affettate i cipollotti; fateli appassire in un filo di olio con i filetti di acciuga e mezzo mestolino di acqua: cuocete a fuoco dolce finché i filetti non si saranno sciolti, poi alzate la fiamma e cuocete per altri 2'. Mondate gli asparagi e lessateli per 3' dalla ripresa del bollore.*
SFORNATE *i fagottini e serviteli con il cipollotto e gli asparagi a fettine, completando con insalata fresca a piacere.*
LA SIGNORA OLGA *dice che avanzeranno diverse crespelle, ma le dosi indicate sono il minimo per riuscire ad amalgamare gli ingredienti della pastella. Con l'avanzo, potete realizzare altre preparazioni conservando le crespelle in frigo, coperte con la pellicola.*

PIÙ FACILE
Per semplificare la ricetta, acquistate una pasta verde fresca già pronta, meglio se in un pastificio artigianale.

3

3 Spaghetti alla chitarra burro e maggiorana

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

250 g zucchine
250 g semola di grano duro rimacinata
120 g farina 00
50 g mandorle a lamelle
1 uovo
burro – maggiorana – erba cipollina – sale

MONDATE *le zucchine, tagliatele in quattro rocchettoni e lessatele in acqua bollente non salata per 6-7′ dalla ripresa del bollore. Scolatele e frullatele, ottenendo una crema.*
IMPASTATE *la semola con la farina, un pizzico di sale, l'uovo e la crema di zucchina, ottenendo una pasta morbida. Lasciatela riposare coperta con la pellicola per 1 ora.*
STENDETELA *con il matterello, in sfoglie non troppo sottili, e lasciatela asciugare per qualche minuto. Tagliatela quindi con l'apposita chitarra.*
TOSTATE *le mandorle in padella. Lessate gli spaghetti in acqua bollente salata, per 2′. Sciogliete, intanto, 100 g di burro in una padella, profumandolo con un trito di maggiorana ed erba cipollina.*
SCOLATE *gli spaghetti e saltateli in padella; serviteli con le mandorle tostate e foglioline intere di maggiorana.*
LA SIGNORA OLGA *dice che la chitarra è uno strumento tipico abruzzese; si chiama così per via delle corde tese sul telaio di legno, che ricordano lo strumento musicale, pur essendo molto più numerose e ravvicinate (circa 2 mm). La sfoglia di pasta si appoggia sulle corde, poi si preme con un matterello finché queste non tagliano la pasta in "spaghetti" a sezione quadrata. Se, tuttavia, non avete la chitarra, potete tagliare la sfoglia con un coltello, anche a tagliolino.*

4 Ovette nei nidi di carciofi e sfoglia

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
230 g pasta sfoglia stesa
120 g verdure miste (scalogno, carote, zucchine)
6 carciofi romaneschi
1 grossa carota – aglio – prezzemolo
limone – grana grattugiato
scamorza bianca – vino bianco secco
olio extravergine di oliva – sale – pepe

MONDATE *i carciofi eliminando anche i gambi e svuotateli al centro con uno scavino; immergeteli via via in una ciotola di acqua e succo di limone.*
METTETELI *in una casseruola con un filo di olio, uno spicchio di aglio schiacciato, un rametto di prezzemolo, mezzo bicchiere di acqua e uno spruzzo di vino bianco. Portate a bollore, coprite e cuocete per circa 10′.*
TAGLIATE *a dadini grandi come piselli le verdure miste e saltatele in padella con un filo di olio per 2-3′. Insaporitele con un cucchiaio di grana grattugiato, sale e pepe, quindi spegnete.*
RIEMPITE *i carciofi con le verdure saltate. Tagliate nella sfoglia 6 strisce alte circa 3 cm e fasciate i carciofi, facendo quasi due giri completi.*
APPOGGIATE *i nidi ottenuti in 6 anelli tagliapasta per assicurarvi che la sfoglia, gonfiandosi, mantenga una forma regolare. Appoggiateli su una teglia coperta con carta da forno e infornateli a 180 °C per circa 20′.*
TAGLIATE *intanto 6 fettine sottili di scamorza e intagliate in ognuna 2 dischetti di 3 cm di diametro. Mondate la grossa carota e intagliatevi con uno scavino 6 sferette di circa 1 cm di diametro. Scottatele per 2-3′ in acqua bollente, poi scolatele e tagliatele a metà.*
SFORNATE *i nidi, disponete su ognuno 2 tondini di scamorza e 2 mezze sfere di carota: le finte ovette si ammorbidiranno sui carciofi ancora caldi.*
COMPLETATE *con olio e pepe e servite.*

5 Arrosto di agnello

IMPEGNO Medio
TEMPO 3 ore e 30′ più 2 ore di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE
1,6 kg 2 cosciotti di agnello
200 g carote – **100 g** ricotta
50 g fave lessate sbucciate
1 piccola carota – **1** gambo di sedano
1 cipolla – **1** cipollotto – **1** tuorlo – timo
rosmarino – aglio – alloro – limone
vino bianco secco
olio extravergine di oliva – sale – pepe

DISOSSATE *i cosciotti di agnello e tagliate a pezzetti gli ossi (potete chiedere al vostro macellaio di prepararveli, facendovi conservare gli ossi).*
METTETE *la polpa in una pirofila, copritela con vino bianco e qualche rametto di timo e lasciatela marinare per almeno 2 ore.*
RACCOGLIETE *gli ossi a pezzi in una pirofila e fateli arrostire nel forno acceso al massimo per circa 40-45′.*
TAGLIATE *a dadi il sedano, la piccola carota e la cipolla. Metteteli in una casseruola con un rametto di rosmarino e uno di timo, uno spicchio di aglio con la buccia, schiacciato, 2 foglie di alloro e 3 cucchiai di olio; fateli appassire per 2-3′.*
UNITE *gli ossi arrostiti e mescolate per 3′. Bagnate con un bicchiere di vino, quindi aggiungete acqua fino quasi a sommergere gli ossi. Fate sobbollire con il coperchio per circa 30′, riducendo il liquido della metà. Filtrate infine il brodo ottenuto.*
SCOLATE *i due cosciotti disossati dalla marinata e asciugateli. Disponeteli sul piano di lavoro, ben stesi, lasciando verso l'alto il lato che era a contatto con l'osso.*
PROFUMATELI *con qualche ago di rosmarino tritato, sale, pepe; spalmate la carne con un sottile strato di ricotta, che darà profumo in cottura, poi sovrapponete i due pezzi di carne lasciando all'interno la parte condita.*
STRINGETE *la carne con le mani, dandole una forma il più possibile regolare, poi legatela ad arrosto con lo spago da cucina.*
SALATE, *pepate e rosolate con un filo di olio in una pentola adatta al forno, per 2-3′. Bagnate con il brodo di agnello e infornate a 200 °C per circa 1 ora e 30′.*
APPASSITE *in una padella il cipollotto con 3 cucchiai di olio; unite 200 g di carote a dadi e le fave e saltatele per 1′. Aggiungete il tutto alla carne 20′ prima di sfornarla.*
SFORNATE *l'arrosto, toglietelo dalla pentola e mescolate al fondo di cottura un tuorlo e un po' di succo di limone. Servitelo con il sugo, le verdure e patate novelle arrosto a piacere.*

LA SERA PRIMA
Preparate il brodo, marinate la carne conditela e legatela. Riponete tutto in frigo e, 2 ore prima del pranzo, cuocete l'arrosto.
5

6

UN DOLCE BIS
Preparate una dose doppia di spuma: qualche coppetta in più gratificherà gli ospiti più golosi. O arricchirà la merenda pasquale.

6 Gusci pralinati e spuma al cioccolato bianco

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 40 minuti più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
300 g cioccolato fondente al 65%
125 g panna fresca
50 g cioccolato bianco
25 g panna acida
granelle di zucchero colorate
granella di mandorla – lamponi
mini sbrisolone o biscotti a piacere
palloncini da gonfiare

SCIOGLIETE *il cioccolato fondente a bagnomaria, senza superare i 45 °C. Temperatelo stendendolo con una spatola su un piano di marmo, fino a che non avrà raggiunto i 31 °C (in alternativa, sciogliete 2/3 del cioccolato e poi temperatelo regolando la temperatura con l'aggiunta del restante cioccolato, freddo).*
GONFIATE *i palloncini cercando di ottenerne almeno 6 di grandezza e forma il più possibile omogenee. Intingeteli nel cioccolato, poi cospargeteli con le granelle di zucchero e di mandorla. Appoggiateli su una placca, facendoli stare diritti (eventualmente, colate un po' di cioccolato alla base, che faccia da appoggio). Lasciate consolidare i gusci in un luogo fresco.*
FONDETE *intanto il cioccolato bianco con la panna acida e 25 g di panna fresca.*
MONTATE *100 g di panna in una crema morbida, incorporatela al cioccolato bianco fuso intiepidito e terminate di montarla, ottenendo una spuma soffice.*
SCOPPIATE *i palloncini con uno spillo e staccateli delicatamente dai gusci di cioccolato. Riempiteli con la spuma e completateli con i lamponi e le mini sbrisolone spezzettate.*
LA SIGNORA OLGA *dice che avanzerà molto cioccolato fondente: è meglio però lavorare con queste quantità per un risultato ottimale. Preparate qualche guscio in più, o conservate il cioccolato rimasto coperto con la pellicola. Nuovamente fuso, potrete riutilizzarlo per biscotti o torte.*

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il **28 gennaio**

L'IMPORTANZA DEL TEMPO
I lievitati hanno bisogno di riposo per crescere armoniosi e morbidi. Alcuni prevedono addirittura la preparazione di un preimpasto che, a volte, impiega un'intera notte per acquistare volume e dare forza, poi, al resto degli ingredienti. Ma anche quando si unisce subito tutta la farina, gli impasti richiedono pazienza: più lentamente lievitano, più saranno ariosi e leggeri.

1

IL PANE di primavera

FIN DAI TEMPI PIÙ REMOTI LA PASTA LIEVITATA È UN CIBO SACRO, SIMBOLO DI VITA. A PASQUA, TRECCE E FOCACCE RIPIENE, SPIGHE E BRIOCHE FARCITE **CELEBRANO LA RINASCITA** E IL RISVEGLIO DELLA NATURA

RICETTE WALTER PEDRAZZI **TESTI** LAURA FORTI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

Le ricette *alle pagine seguenti*

1 Brioche dolce con albicocche e arancia candita

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30' più 3 ore e 15' di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
500 g albicocche sciroppate sgocciolate
250 g farina Manitoba
250 g farina 0 più un po'
150 g latte – **60 g** burro più un po'
50 g mandorle a lamelle più un po'
50 g arancia candita – limone
20 g lievito madre in polvere – vaniglia
5 g malto in polvere – **4** tuorli – sale
zucchero semolato – granella di zucchero

MESCOLATE *la farina Manitoba con il latte, 150 g di acqua e il lievito, ottenendo un preimpasto piuttosto liquido (poolish). Lasciatelo lievitare per 1 ora, coperto con un canovaccio umido.*
AGGIUNGETE *al poolish la farina 0, 3 tuorli, 20 g di zucchero semolato, il malto, 8 g di sale, il burro morbido e i semi raschiati da mezzo baccello di vaniglia. Quando avrete ottenuto un impasto liscio ed elastico, lasciatelo lievitare per altri 45', coperto.*
SCIOGLIETE *in una padella una piccola noce di burro con 3 cucchiai di zucchero: mescolate utilizzando mezzo limone infilzato in una forchetta, finché lo zucchero non comincia a colorirsi. Togliete il limone, aggiungete le albicocche sciroppate e insaporitele per 2', poi lasciatele raffreddare, quindi sminuzzatele con il coltello.*
TOSTATE *le mandorle, tagliate a dadini l'arancia candita e unite tutto alle albicocche.*
ROVESCIATE *l'impasto sul piano di lavoro e staccatene circa un terzo: stendetelo in un disco di circa 0,5 cm di spessore e disponetelo in uno stampo ad anello (ø 20 cm) imburrato e infarinato, foderando fondo e bordi, con una leggera eccedenza.*
DIVIDETE *l'impasto rimasto in tre parti uguali, fatene tre salamini e intrecciateli.*
DISPONETE *sul fondo della torta il misto di albicocche e arancia, poi adagiatevi sopra la treccia, chiudendola a chiocciola, in modo da coprire tutta la superficie dello stampo. Rimboccate i bordi sopra la treccia, spennellate con un tuorlo sbattuto insieme a un cucchiaio di acqua e cospargete con altre mandorle e granella di zucchero. Lasciate lievitare ancora per 1 ora e 30'.*
SCALDATE *il forno a 200 °C, poi abbassatelo a 165 °C non appena avrete infornato il dolce. Cuocetelo per 40' circa.*

2 Anelli ripieni di uova e carciofi

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30' più 13 ore e 15' di lievitazione

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE
250 g farina 0 – **200 g** farina Manitoba
120 g prosciutto cotto – **80 g** ricotta
50 g semola di grano duro rimacinata
50 g latte – **35 g** lievito madre in polvere
10 g strutto – **5 g** malto in polvere – sale
5 uova – **5** carciofi – aglio – vino bianco secco – olio extravergine di oliva – pepe

IMPASTATE *la farina 0 con 130 g di acqua e il lievito, lasciate lievitare questo preimpasto (biga) coperto per 12 ore in frigorifero.*
MONDATE *i carciofi e metteteli in una casseruola con mezzo bicchiere di vino e uno di acqua, uno spicchio di aglio, un pizzico di sale e 2 cucchiai di olio. Portate a bollore, coprite e stufate per 20'; scolate i carciofi.*
RASSODATE *4 uova, sgusciatele e frullatele insieme al prosciutto sminuzzato, fino a ottenere una crema. Frullate i carciofi freddi con la ricotta, sale, pepe e un cucchiaio di olio, poi passate al setaccio la crema. Conservate le creme in frigorifero, coperte con la pellicola.*
AGGIUNGETE *alla biga la farina Manitoba, la semola, il malto, 1 uovo, il latte, lo strutto e 8 g di sale. Impastate ottenendo un panetto liscio ed elastico; lasciatelo lievitare ancora per 30'.*
STENDETELO *quindi in un rettangolo (circa 60x40 cm), di circa 5 mm di spessore. Spennellatelo di acqua. Raccogliete le due creme in due tasche da pasticciere e farcite con un cordoncino di crema di uovo e prosciutto il lato più lungo del rettangolo.*
RICHIUDETE *la pasta sopra il ripieno, tagliatela, sigillate i bordi delicatamente e disponetela ad anello lungo il bordo di una tortiera unta di olio (ø 26 cm), lungo il bordo; non riuscirete a completare l'anello, perciò preparate un altro salamino ripieno, tagliatelo a misura e unitelo.*
PROCEDETE *allo stesso modo per preparare un secondo anello, più piccolo, con la crema di carciofi e ricotta. Disponetelo nella tortiera leggermente distanziato dal primo. Realizzate un ultimo anello con la crema di uovo e prosciutto rimasta e disponete anch'esso nella tortiera. Riempite lo spazio al centro con una rosellina di pasta, spennellate tutto di olio e lasciate lievitare per 45'.*
INFORNATE *la torta ottenuta a 195 °C per circa 20', sfornatela e lucidatela con un'emulsione di acqua, olio e sale. Fate raffreddare e servite.*

3 Spiga con cipollotti e prosciutto

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30' più 1 ora e 45' di lievitazione

INGREDIENTI PER 12 PERSONE
400 g farina Manitoba – **200 g** farina 0
100 g cipollotti mondati
80 g prosciutto cotto
50 g semola di grano duro rimacinata
50 g pecorino – **50 g** pinoli
25 g lievito di birra fresco
5 g malto in polvere
1 tuorlo – prezzemolo
olio extravergine di oliva – sale – pepe

MESCOLATE *la farina Manitoba, la farina 0 e la semola con il lievito sbriciolato e il malto, 30 g di olio e 360 g di acqua. Impastate finché gli ingredienti non si saranno amalgamati, quindi unite 13 g di sale. Lavorate ancora ottenendo un panetto liscio. Mettetelo in una ciotola, unta con un po' di olio e lasciatelo lievitare per almeno 1 ora, fino al raddoppio.*
SMINUZZATE *i cipollotti e stufateli in padella con 4 cucchiai di olio per 8-10', salando alla fine. Spegnete e aggiungete pepe e un ciuffetto di prezzemolo tritato.*
ROVESCIATE *l'impasto sul piano di lavoro e dividetelo in due parti; stendetelo con il matterello in 2 rettangoli, poi spennellateli prima con olio, poi con un tuorlo sbattuto con un cucchiaio di acqua.*
COSPARGETE *i rettangoli di pasta con i pinoli, i cipollotti, il prosciutto tagliato a pezzetti e il pecorino a filetti.*
ARROTOLATE *la pasta ottenendo due "salami". Tagliateli a rocchetti di circa 1 cm di spessore. Disponeteli su una placca coperta con carta da forno unta di olio, sovrapponendoli a tre a tre, in modo da formare due spighe lunghe. Utilizzate le estremità dei salami per cominciare e terminare le trecce.*
LASCIATELE *lievitare sulla placca, coperte con un canovaccio umido, per 45', quindi infornatele a 200 °C per 30' circa.*

L'AIUTO DEL MALTO

In polvere o fluido, si utilizza nella panificazione per potenziare l'azione del lievito e per garantire la formazione di una crosticina dorata. Si può acquistare nei negozi bio e nei foodstore specializzati.

LA PRATICITÀ DEL LIEVITO DI BIRRA
Più semplice da utilizzare, consente di ridurre i tempi di lievitazione, facendo riposare gli impasti in un luogo tiepido.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***14 gennaio***

LO STILE IN TAVOLA
Nastro spigato della foto in apertura Brizzolari.

4

4 Panini dolci al papavero e cannella

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora più 2 ore di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
500 g farina Manitoba
50 g olio di semi più un po'
50 g zucchero – **25 g** lievito di birra fresco
4 g sale – **1** uovo – semi di papavero
cannella in polvere

MESCOLATE *la farina con il lievito sbriciolato, unite l'uovo e 180 g di acqua. Quando l'impasto è avviato, unite l'olio, lo zucchero e il sale, poi lavoratelo finché non sarà omogeneo ed elastico. Ungetelo con un po' di olio e riponetelo in una ciotola ampia, quindi lasciatelo lievitare per 45', coperto con un canovaccio umido.*
ROVESCIATE *l'impasto e dividetelo in due parti; schiacciatele appena con le dita in due quadrati e cospargeteli uno con i semi di papavero, l'altro con la cannella. Richiudete i quadrati piegandoli in tre, poi ancora in tre nel senso opposto, ottenendo due pacchettini. Fateli lievitare per altri 20'.*
TAGLIATE *i due impasti a strisce e lavoratele arrotolandole in piccoli salamini; intrecciateli a piacere alternando i due sapori, ottenendo panini di forme diverse.*
DISPONETELI *su una teglia coperta con carta da forno, spennellateli con un tuorlo sbattuto con un cucchiaio di acqua e fateli riposare ancora per 45', fino al raddoppio.*
INFORNATELI *a 200 °C per 20-25'; sfornateli e cospargeteli a piacere con zucchero a velo. Ottimi con confetture.*

LUXARDO

Principe fra i liquori, il Maraschino non passa di moda ed è apprezzato oggi come nel Medioevo

UN DOLCE AROMA

Difficile non scorgerlo sugli scaffali dei bar e nei laboratori di pasticceria, racchiuso nella classica bottiglia impagliata, diventata ormai un'icona di qualità riconoscibile in tutto il mondo. Era il 1821 quando **Girolamo Luxardo** fondò a Zara, sulle coste della Dalmazia, l'omonima fabbrica destinata alla produzione di questo amabile liquore, ottenuto dalla distillazione di una varietà di ciliegia, coltivata in esclusiva: **la marasca, dal caratteristico sapore asprigno**. Una lunga storia di passione e dedizione familiare, giunta alla sesta generazione, incorona Luxardo come una delle aziende più antiche d'Europa nel suo settore ed elegge il Maraschino a vero simbolo dell'arte liquoristica italiana.

ECCO 5 MODI PER GUSTARLO

1. **Liscio o con ghiaccio come gradevole dopo cena.**
2. **Come ingrediente irrinunciabile in molti cocktail internazionali.**
3. **Mescolato al succo di arancia come bibita fresca e dissetante.**
4. **Nella macedonia, sul carpaccio di frutta e nei dessert.**
5. **Usato come bagna aromatica per torte e pan di Spagna.**

PASTICCINI ALLE MANDORLE

Ingredienti per 10 persone

__300 g__ zucchero a velo – __150 g__ farina di mandorle
__120 g__ confettura di albicocche – __70 g__ farina – __70 g__ zucchero semolato più un po' – __2__ uova – __1__ albume – Maraschino Luxardo

Preparate la pasta biscotto: lavorate 40 g di zucchero semolato con 2 tuorli, ottenendo una crema chiara e soffice. Montate 2 albumi e, non appena saranno spumosi, aggiungete il resto dello zucchero semolato e montate per altri 5'. Unite delicatamente i due composti, quindi incorporatevi via via la farina, infine versate tutto in una teglia rivestita di carta da forno, ottenendo uno strato sottile. Infornate a 200°C per 15'.
Impastate la farina di mandorle con lo zucchero a velo, un albume e un cucchiaio di Maraschino (pasta di mandorle).
Sfornate la pasta biscotto, spennellatela con la confettura stemperata con un cucchiaio di Maraschino, poi copritela con la pasta di mandorle, tirata in sfoglia, quindi tagliate a quadratini.
Sovrapponeteli per formare dei pasticcini regolari e completate, a piacere, con della glassa e Marasche al frutto Luxardo.

L'IDEA IN PIÙ: AVIATION COCKTAIL

Versate nello shaker 60 ml di gin, 15 ml di Maraschino, 15 ml di succo di limone fresco. Aggiungete qualche cubetto di ghiaccio, shakerate e servite in una coppa da cocktail, ben fredda. Guarnite con una Marasca al frutto Luxardo.

Dolci TROPICI

PICCOLE AVVENTURE DEL PALATO
IN SETTE PREPARAZIONI CHE SI DIVERTONO A FONDERE
GLI INGREDIENTI DELLA NOSTRA CUCINA
CON I PROFUMI E LE CONSISTENZE DELLA **FRUTTA ESOTICA**

RICETTE SERGIO BARZETTI
TESTI CRISTINA PORETTI
FOTOGRAFIE MATTEO CARASSALE
STYLING CECILIA CARMANA

La sfilata dei frutti
protagonisti delle ricette
alla pagina seguente

Quando la nostra stagione è più avara di frutti – quelli dell'inverno stanno finendo e quelli dell'estate sono ancora lontani – è il momento di puntare sulle alternative esotiche. E non soltanto sui grandi classici come mango, papaia e cocco, ma su varietà che sono ancora delle curiosità. Tutte con forme e colori clamorosi per comporre una fruttiera, ma ancora più interessanti in cucina insieme con pesce e carne, alla maniera dei paesi di origine. Da non dimenticare infine le loro potenti proprietà nutrizionali: ricchissime di vitamine, sali minerali, enzimi e sostanze antiossidanti, svolgono una benefica azione antinfiammatoria, calmante e spesso sono un valido aiuto alla digestione. Per goderne a pieno tutti i benefici, basta portarle in tavola almeno un paio di volte alla settimana.

Sapori lontani

Panoramica dei frutti tropicali più adatti a variare con note inaspettate i piatti della nostra tradizione

MANGO
Ne esistono circa duemila varietà, dalle indiane, tondeggianti, alle indocinesi, allungate. La polpa matura è aromatica e acidula. Acerba, entra nel chutney.

COCCO
È originario dell'Indonesia. Dalla polpa si ricava un latte usato, ai tropici, anche nello svezzamento. L'acqua all'interno è energizzante e ipocalorica (20 calorie per 100 g).

PAPAIA
La sua polpa, dolce e fondente, è ricca di *papaina*, un enzima che aiuta a digerire le proteine ed è antiage. È diffusa in tutta la zona tropicale, dove si consuma anche acerba, in insalata.

AVOCADO
La polpa burrosa e non dolce lo rende adatto anche a molte ricette salate. Proveniente dall'America Centrale e già noto agli Aztechi, ora si coltiva anche nel bacino del Mediterraneo.

PITAYA
Detta anche *frutto del drago*, ricorda nel sapore la pera e nella consistenza il kiwi. La polpa, ricca di sali minerali, è ottima con zucchero e limone. È diffusa in Centro-sud America e in Asia.

PITAYA GIALLA
Come la versione rossa, ha una polpa bianca picchiettata di piccoli semi. Molto dolce, aiuta ad accelerare il metabolismo. È diffusa in Sud America e in particolare nelle Ande.

MANGOSTANO
Originario delle Isole della Sonda, in Indonesia, ha una polpa soda e fondente, molto energizzante. Il sapore ricorda quello della pesca, con una nota leggermente aspra.

CARAMBOLA
È chiamata anche *star fruit*, perché affettata ricorda una stella. Povera di calorie e ricca di potassio, è croccante e ha un sapore dolce-acidulo. È originaria delle isole Molucche.

FRUTTO DELLA PASSIONE
Conosciuto anche come *maracuja* o *granadilla*, viene dal Sud America. Su ben duemila specie conosciute, solo le due varietà rossa e gialla della *P assiflora edulis* sono commestibili.

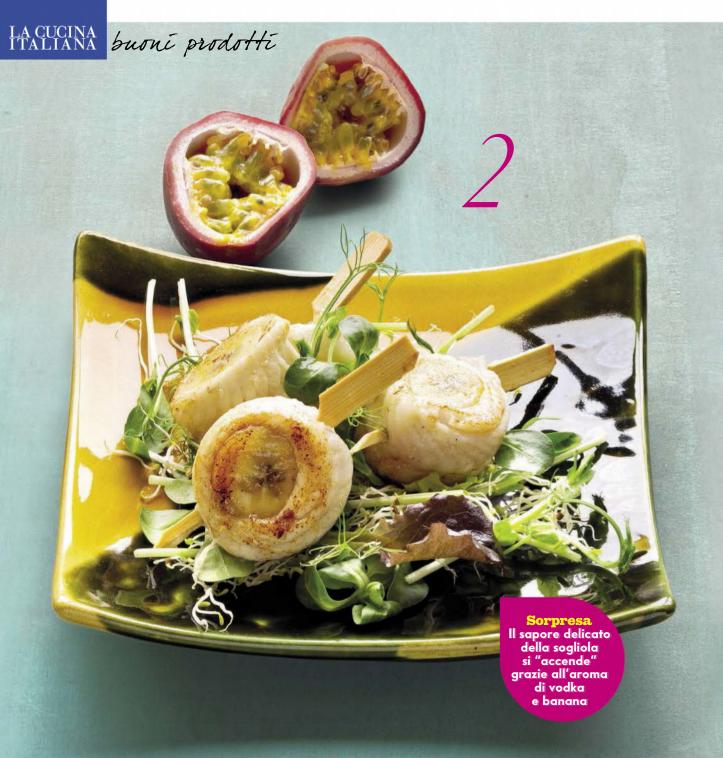
1 Risotto giallo al mango con raspadura

IMPEGNO Facile
TEMPO 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **320 g** riso Carnaroli
- **150 g** polpa di mango
- **150 g** raspadura
- **10 g** burro di cacao
- **1** avocado – lemon grass
- brodo vegetale – zenzero fresco
- zafferano in pistilli – limone – sale

PORTATE *a bollore un litro di brodo vegetale e salatelo. Prelevatene 200 g e scioglietevi un pizzico di pistilli di zafferano.*
PULITE *il lemon grass e tagliatelo a fettine sottili; scaldate in casseruola 5 g di burro di cacao e rosolatevi dolcemente il lemon grass.*
AGGIUNGETE *il riso, lasciatelo tostare per 1' e cominciate a bagnare con il brodo bollente e metà del brodo con lo zafferano. Dopo circa 8' aggiungete 100 g di mango frullato e il resto del brodo allo zafferano.*
TAGLIATE *il resto del mango a dadini, sbucciate e affettate sottilmente l'avocado bagnandolo con succo di limone.*
PROSEGUITE *la cottura del riso e dopo 5-6' aggiungete il resto del burro di cacao, i dadini di mango, 80 g di raspadura e un cucchiaino di zenzero, sbucciato e grattugiato finemente, mantecate, spegnete e lasciate riposare per un paio di minuti.*
COMPLETATE *il risotto con la raspadura rimasta e le fettine sottili di polpa di avocado. A piacere unite ancora qualche dadino di mango. Servite subito.*
LA SIGNORA OLGA *dice che il burro di cacao si acquista nei negozi di specialità biologiche. La raspadura, tipico formaggio lodigiano in petali impalpabili, si può sostituire con sottili lamelle di grana non troppo stagionato.*

Armonia
La dolcezza del mango bilancia molto bene il sapore vigoroso della raspadura

2 Girelle di sogliola con salsa al frutto della passione

IMPEGNO Medio
TEMPO 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
450 g 3 sogliole
60 g germogli misti (pisello o alfalfa)
50 g misticanza
30 g burro
2 banane non troppo mature
2 frutti della passione
vodka
olio extravergine di oliva
sale – pepe bianco

SPELLATE *e sfilettate, con un coltello affilato, le sogliole, poi dividete in due, per il lungo, ogni filetto ricavando 12 trancetti.*
SBUCCIATE *e tagliate le banane in 12 rocchetti spessi un paio di centimetri.*
ARROTOLATE *ogni filetto su un rocchetto di banana fissandolo con uno stecchino in modo che non si apra in cottura.*
ROSOLATE *le girelle ottenute da entrambi i lati nel burro spumeggiante, in una padella ben calda. Fatele colorire, salatele e pepatele.*
TOGLIETE *le girelle dalla padella e lasciatele intiepidire.*
TAGLIATE *a metà i frutti della passione e ricavatene la polpa.*
EMULSIONATE *un cucchiaio di vodka con la polpa di frutto della passione, 3 cucchiai di olio e un pizzico di sale, ottenendo una salsa.*
DISTRIBUITE *in ogni piatto la misticanza mescolata con i germogli, disponetevi sopra 3 girelle e condite con la salsa al frutto della passione.*

3 Sorbetto di pitaya al miele con salsa alla papaia

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **100 g** miele di acacia
- **40 g** pistacchi pelati
- **2** pitaye, rossa e gialla
- **1** carambola
- **1** pompelmo rosa
- mezzo cocco
- mezza papaia

SBUCCIATE *le pitaye e tagliate a dadini la polpa, ricavandone circa 400 g.*
FRULLATELA *con il miele, poi versate il frullato nella gelatiera e avviatela; per ottenere il sorbetto ci vorranno circa 40′. Il tempo di preparazione dipende molto dalla potenza della gelatiera.*
AFFETTATE *la carambola e la papaia sbucciata; riducete a lamelle il cocco con l'aiuto di un pelapatate.*
TRITATE *grossolanamente i pistacchi. Se utilizzate pistacchi con la buccia, tuffateli velocemente nell'acqua bollente per pelarli con facilità; asciugateli prima di tritarli.*
SPREMETE *metà pompelmo e pelate a vivo gli spicchi dell'altra metà.*
FRULLATE *il succo di pompelmo con metà della papaia affettata ottenendo una salsa.*
DISTRIBUITE *il sorbetto nelle coppette, completate con tutta la frutta che avete preparato e con la salsa di pompelmo e papaia.*
LA SIGNORA OLGA *dice che, se non possedete la gelatiera, potete ottenere un ottimo sorbetto in questo modo: versate il composto, che deve gelare, in un contenitore non troppo profondo e mettetelo nel freezer. Dopo circa 20′ toglietelo dal freezer, montatelo con le fruste elettriche per 2′ e rimettetelo in freezer. Ripetete questa operazione per 3 o 4 volte, sempre ogni 20′, finché il sorbetto non avrà raggiunto la giusta consistenza e cremosità.*

Decorazione
Carambola e cocco guarniscono il sorbetto come fosse un cocktail esotico

3

4 Crostata meringata con crema al mangostano

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 1 ora più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
Pasta frolla
200 g farina di farro – **150 g** burro
100 g zucchero di canna
50 g farina di riso – **1** uovo – sale
Crema
400 g latte – **175 g** zucchero
100 g latte di cocco
50 g farina di farro
6 mangostani – **5** tuorli
Meringa
190 g zucchero semolato – **95 g** albumi
mezzo baccello di vaniglia
Decorazione
1 pitaya – **1** carambola – **1** papaia

PASTA FROLLA *Mettete nell'impastatrice il burro morbido con lo zucchero di canna e montateli con la frusta a foglia. Unite l'uovo, poi le due farine e un pizzico di sale. Lavorate fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo, avvolgetelo a palla e mettetelo a riposare in frigo per circa 1 ora.*
Stendete la pasta e con essa foderate una tortiera (ø 22 cm), copritela di carta da forno e riempitela di legumi secchi.
Infornatela a 180 °C per 20′, sfornatela, eliminate i legumi e la carta e lasciate raffreddare il guscio di frolla.
CREMA *Montate i tuorli con lo zucchero, poi incorporatevi la farina. Scaldate il latte e il latte di cocco e versateli sui tuorli montati, riportate sul fuoco e cuocete la crema per 2′. Tagliate in due i mangostani, recuperate la polpa e passatela al passaverdura; unitela quindi alla crema ormai completamente raffreddata.*
MERINGA *Preparate uno sciroppo con 150 g di zucchero semolato e 75 g di acqua e i semi della vaniglia portandolo a 120 °C. Montate gli albumi con il resto dello zucchero semolato0 e metà dello sciroppo, poi proseguite versandovi a filo il restante sciroppo. Continuate a montare fino a ottenere una meringa soda e lucida. Riempite la crostata con la crema, distribuitevi sopra la meringa (usate una tasca da pasticciere o una spatola) e passatela sotto il grill per pochi minuti, affinché acquisti un colore appena dorato.*
DECORAZIONE *Sfornate la torta, lasciate intiepidire la meringa e decoratela con frutta tropicale a piacere: noi abbiamo usato pitaya, papaia e carambola tagliate a fettine.*

4

Rivisitazione
Un grande classico dal tocco alternativo: merito della crema pasticciera al mangostano

Esotico veloce

{ Arricchite la macedonia con una crema di avocado. Date un guizzo agrodolce all'insalata con la papaia. Osate un cocktail tropicale col vino bianco. Con tre ricette lampo di grande effetto }

INSALATA DI PAPAIA E GAMBERI

Sbucciate una papaia da circa 500 g, togliete i semi tenendoli da parte, e tagliatela a fettine. Sgusciate 12 code di gambero, ungetele leggermente di olio e saltatele velocemente in padella. Frullate una cucchiaiata di semi di papaia, emulsionateli con 40 g di olio extravergine di oliva, un cucchiaino di succo limone e un pizzico di sale. Preparate sul piatto un letto di misticanza, circa 100 g, disponetevi sopra i gamberi e le fettine di papaia e condite con l'emulsione ai semi. I semi di papaia sono leggermente amarognoli e piccanti e daranno un tocco particolare all'insalata.

CREMA DI AVOCADO E LATTE DI COCCO

Sbucciate 2 avocado ed eliminate i semi, ottenendo circa 400 g di polpa. Frullatela con 150 g di latte di cocco ben freddo, un cucchiaio di succo di limone e un cucchiaio di zucchero. Otterrete una crema densa e corposa. Accompagnatela con una macedonia di frutti tropicali preparata con ananas, papaia, banana e pitaya.

TRAMINER ROYAL AL SUCCO DI GUAVA

Mettete nel freezer 4 bicchieri. Versate in ciascun bicchiere circa 100 ml di Traminer aromatico molto freddo, 100 ml di succo di guava e due cucchiaini di crème de cassis freddo. Mescolate delicatamente, lasciate depositare il succo per un paio di minuti e servite decorando a piacere.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***15 gennaio***

LO STILE IN TAVOLA Piatti del risotto e della sogliola e ciotola con la pitaya Andrea Biagini, coppetta del sorbetto Maria Luisa Tribolo, piatto della crostata e ciotola dell'insalata Ruggero Gesù, ciotola della macedonia Adriana Vaccarino, fondo "Verderame" De Castelli.

Il bagnomaria

LE ATTREZZATURE GIUSTE E TUTTI GLI ACCORGIMENTI PER ESEGUIRE QUESTA **TECNICA RISPETTOSA**, RISERVATA A SALSE, CREME E SFORMATI

A CURA DI WALTER PEDRAZZI **TESTI** LAURA FORTI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

Nel bagnomaria la cottura avviene per convezione: il calore, cioè, è trasmesso al cibo dal liquido in leggera ebollizione, in questo caso l'acqua. La sua peculiarità è che il contatto tra l'acqua e il cibo non è diretto, bensì mediato da un recipiente. La cottura può avvenire sul fornello, in un contenitore a fondo semisferico parzialmente immerso in una casseruola con acqua calda, oppure in forno, con stampi appoggiati in recipienti che contengono l'acqua. Sul fornello si realizzano salse e creme che hanno bisogno di essere costantemente mescolate e richiedono cotture brevi; il forno, invece, è adatto a ricette che hanno bisogno di cotture prolungate. Alcuni attribuiscono l'invenzione del bagnomaria, e l'origine del nome, a Miryam (Maria), sorella di Mosè. Per altri invece "la più dolce delle cotture" è stata chiamata così in omaggio alla Vergine Maria.

INGREDIENTI "SENSIBILI" Proprio perché consente un controllo preciso nella propagazione del calore, il bagnomaria è adatto per cibi che richiedono una cottura molto dolce. In particolare, si utilizza per elementi proteici come il latte, la panna o per purè di carne e pesce, ma soprattutto per le uova, che cominciano a coagulare a 60-62 °C, quando l'acqua è tra 82 e 90 °C.
RICETTE CLASSICHE Tra i piatti più noti che sfruttano questa cottura ci sono lo **zabaione** e la **salsa olandese**, a base di uova montate, e la **crema inglese**, fatta con uova non montate, tutte da preparare sul fornello. Si cuociono invece in forno il **crème caramel**, gli **sformati** di verdura, le **terrine** e le **uova in cocotte**.

LO STILE IN TAVOLA
Casseruola Alessi, anello di silicone Staybowlizer distribuito da Microplane.

GLI STRUMENTI

Lo strumento professionale per la cottura a bagnomaria è la **bastardella**, una casseruola in acciaio, con due manici e il fondo semisferico: questa forma consente alla **frusta** di lavorare il composto su tutta la superficie, senza che si creino accumuli, e favorisce una cottura più omogenea del cibo. Stessa forma e medesima funzione ha il **polsonetto**, che però è dotato di un unico lungo manico ed è spesso in rame, metallo ad altissima conducibilità termica, o in rame con interno in acciaio, che protegge il cibo dal contatto diretto con il rame. Per la cottura in forno servono **stampi** a fondo piatto, perché siano stabili appoggiati in **teglie e tortiere**. Per preparazioni da conservare in frigo, sono preferibili stampi di acciaio, vetro o porcellana, perché alluminio e rame, se lasciati a lungo a contatto con il cibo, si ossidano.

Casseruola Di solito in acciaio, da collocare sul fornello con l'acqua.

Frusta In acciaio, per mescolare le salse in cottura.

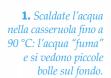
Un aiuto intelligente Gli anelli in silicone Staybowlizer, da posare sulla casseruola dalla parte più grande o più piccola, aiutano a dare stabilità alla bastardella.

Teglie e tortiere Devono avere il bordo alto, per contenere con agio l'acqua e gli stampini.

SUL FORNELLO: COTTURE RAPIDE

La bastardella deve essere immersa nell'acqua per almeno un terzo, facendo attenzione che non tocchi il fondo della casseruola: perciò è importante valutarne il diametro rispetto al diametro e all'altezza della casseruola. Va regolato anche il livello dell'acqua, in modo che non debordi una volta immersa la bastardella. L'acqua si scalda fino a un leggero bollore: quando comincia a "fumare" significa che ha raggiunto 85 °C circa; si attendono altri 2-3', finché non arriva a 90 °C, quindi si toglie dal fuoco e vi si immerge la bastardella. Per circa 5' si può lavorare fuori del fuoco, rimanendo tra 90 e 82 °C. Se la preparazione richiede più tempo, si regola la temperatura, ritornando brevemente sul fuoco.

La salsa olandese

1. Scaldate l'acqua nella casseruola fino a 90 °C: l'acqua "fuma" e si vedono piccole bolle sul fondo.

2. Scaldate 20 g di aceto con 40 g di acqua, scalogno, pepe e sale: riducete il liquido della metà, poi fatelo intiepidire e versatelo filtrandolo su 3 tuorli sbattuti in una bastardella. Mettete la **bastardella sulla casseruola** *con l'acqua.*

Delicata Questa salsa è ottima con verdure o pesci.

3-4. **Montate i tuorli** *con la frusta, poi unite 250 g di burro chiarificato fuso, continuando a montare. Completate la salsa con poco succo di limone e servitela subito.*

NEL FORNO: COTTURE PROLUNGATE

Gli stampini, riempiti con il composto da cuocere, vanno disposti in un recipiente dal bordo abbastanza alto, che li contenga comodamente, in modo che siano stabili e diritti. Si aggiunge poi acqua già bollente fino ad almeno metà dell'altezza degli stampini. Si inforna a 120-130 °C, in modo che l'acqua si mantenga a una temperatura di circa 90 °C. La teglia va inserita al livello intermedio del forno. Non è necessario coprire gli stampi con alluminio, perché la bassa temperatura del forno non dovrebbe bruciare la superficie delle creme.

Il crème caramel

Cremoso La consistenza è compatta, liscia e setosa.

1-4. Portate a bollore 400 g di latte con 200 g di panna fresca e 60 g di zucchero, scorza di limone e vaniglia. Versate filtrando su 4 uova e 2 tuorli sbattuti con 60 g di zucchero, mescolate e fate intiepidire. Sciogliete 100 g di zucchero con 2 cucchiai di acqua e fatelo colorire; colatelo in 8 stampini, poi versatevi la crema. Disponete gli stampi in una tortiera, **riempitela di acqua calda** *arrivando fino a metà dell'altezza degli stampi. Infornate a 120 °C per 45', quindi lasciate nel forno spento per altri 10'.*

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***26 gennaio***

Nella prossima puntata: **Glassare in padella carne e pesce**

3 variazioni sul plum cake

IL RICCO IMPASTO MONTATO **AL BURRO** DEL FAMOSO DOLCE ANGLOSASSONE DIVENTA LA BASE PER INVENZIONI ALL'OLIO E CACAO, AL TÈ MATCHA E ANCHE AL FORMAGGIO

RICETTE JOËLLE NÉDERLANTS **TESTI** CRISTINA PORETTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

Ricetta classica

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 40'
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

300 g canditi misti (cedro, arancia e ciliegie)
250 g farina
200 g burro più un po'
150 g zucchero a velo
100 g uvetta
80 g rum scuro
4 g lievito per dolci
4 uova – zucchero semolato
mezzo baccello di vaniglia
sale

Qual è il vero nome?

Noi chiamiamo plum cake il dolce burroso e compatto pieno di uvetta e di canditi. Per gli inglesi invece il vero plum cake, altrettanto burroso, è preparato con le prugne (*plum*), mentre il nome per quello con i canditi è *fruit cake* o *loaf cake*, ossia pane dolce. Comunque lo si chiami, al mattino con il latte o alle cinque con il tè, è una ricca, imperdibile delizia.

COME SI FA

1 COPRITE *l'uvetta con il rum e lasciatela macerare, mentre preparate l'impasto.*

2 IMBURRATE *uno stampo da plum cake da 1/2 litro e foderatelo con due rettangoli di carta da forno, sovrapposti a croce e leggermente debordanti.*

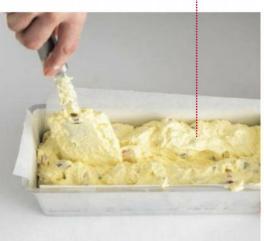
3 LAVORATE *il burro morbido con lo zucchero a velo e, quando sarà spumoso, unite un pizzico di sale e i semi della vaniglia raschiati con la punta del coltello.*

4 AGGIUNGETE *un uovo alla volta, unendo il successivo solo quando il precedente sarà perfettamente assorbito dall'impasto. Per lavorare il composto, se non avete l'impastatrice, potete usare le fruste elettriche.*

5 TAGLIATE *i canditi a cubetti non troppo piccoli e scolate l'uvetta, tenendo da parte il rum.*

6 AGGIUNGETE *i canditi e l'uvetta alla farina; unite il lievito e mescolate in modo che la frutta, ben infarinata, non scenda sul fondo dello stampo durante la cottura.*

7 AMALGAMATE *quindi la frutta infarinata con il burro montato, in modo che l'impasto risulti omogeneo e che i canditi si distribuiscano uniformemente.*

8 VERSATE *il composto nello stampo riempiendolo per 3/4 e infornatelo a 180 °C per 1 ora e 10'.*

9 SCALDATE *30 g di acqua con 30 g di zucchero e 40 g del rum tenuto da parte. Sfornate il plum cake e, per imbibirlo bene, spennellatelo subito con lo sciroppo ancora caldo.*

Le tre variazioni *alle pagine seguenti*

Gli stampi vanno sempre riempiti solo per 3/4 in modo che l'impasto, crescendo di volume, non debordi

DOLCEAMARO

All'olio e cacao

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30'
Vegetariana

INGREDIENTI PER 9-12 PERSONE
180 g zucchero **140 g** panna fresca **150 g** cioccolato gianduia **130 g** latte **120 g** farina **80 g** uova **75 g** olio di girasole più un po' **45 g** cacao amaro **20 g** mascarpone **4 g** lievito per dolci **10** fave di cacao tostate e pelate nocciole tostate sale

MONTATE *con le fruste elettriche le uova con lo zucchero e un pizzico di sale fino a rendere l'impasto chiaro e gonfio. Montate 80 g di panna con il mascarpone ottenendo una crema morbida.*
AGGIUNGETE *alle uova prima l'olio a filo, mescolando con una frusta a mano, poi incorporatevi la panna montata solo parzialmente e il mascarpone, infine il latte.*
MESCOLATE *la farina con il lievito e il cacao setacciato, unite anche 6 fave di cacao spezzettate e aggiungete il tutto al composto di uova e panna.*
UNGETE *di olio 3 piccoli stampi rettangolari (21x5x4 cm), foderateli di carta da forno e riempiteli per 3/4 con il composto.*
INFORNATELI *a 160 °C per circa 40'. Sfornate, togliete le tortine ancora calde dagli stampi e fatele raffreddare.*
PREPARATE *intanto la crema ganache: tritate il cioccolato gianduia e scaldate la panna rimasta. Versatela sul cioccolato e mescolate facendolo fondere. Lasciate raffreddare la ganache ottenuta.*
RIEMPITE *una tasca da pasticciere con la ganache e decorate le tortine. Completate con le nocciole tagliate a metà e le altre fave di cacao spezzettate.*
LA SIGNORA OLGA *dice che è importante la* ***scelta dell'olio****: quello di girasole ha un sapore molto delicato che lascia intatti gli altri aromi del dolce. Le* ***fave di cacao*** *si acquistano nei negozi di specialità bio; aggiungono una gradevole nota amarognola, al cake, che riuscirà però ugualmente bene anche senza.*

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***14 gennaio***

LO STILE IN TAVOLA Impastatrice Kenwood, ciotole in vetro Bormioli Rocco.

ORIENTALE

Marbré al tè Matcha

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 40'
Vegetariana

INGREDIENTI PER 12 PERSONE
350 g succo di agrumi misti (1 arancia, 1/2 pompelmo, 3 mandarini e 1 lime)
180 g farina più un po'
170 g burro più un po'
150 g zucchero a velo
70 g zucchero semolato
2 g lievito per dolci
3 uova – **2** tuorli – sale – tè Matcha
scorza tritata di mezza arancia

PREPARATE *per prima cosa la crema per la farcitura: portate a bollore 300 g di succo di agrumi. Mescolate i tuorli con lo zucchero semolato, poi unite 30 g di farina; aggiungete il succo bollente e cuocete il composto per 2' dal bollore, mescolando sempre; allontanate dal fuoco e unite 20 g di burro, coprite e fate raffreddare.*
PREPARATE *i marbré: montate lo zucchero a velo con 150 g di burro morbido e a pezzetti. Incorporate le uova uno alla volta, poi, lavorando a mano, aggiungete 150 g di farina setacciata con il lievito e un pizzico di sale.*
DIVIDETE *in due l'impasto. Aromatizzatene una parte con un cucchiaino abbondante di tè Matcha e l'altra con la scorza di arancia e un cucchiaio di succo di agrumi.*
IMBURRATE *e infarinate 12 stampini di 8x5x3,5 cm e versatevi i due impasti, a cucchiaiate alternate, riempiendoli per 3/4.*
INFORNATE *a 180 °C per circa 30'. Sfornate, lasciate raffreddare, tagliate i marbré, bagnate con il succo rimasto e farciteli con la crema.*

2

SALATO

Alla greca con feta e olive

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 15'
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
200 g farina
120 g feta
50 g olive nere snocciolate
40 g pinoli
10 g lievito per torte salate **4** uova pepe
2 pomodori secchi sott'olio latte sale
vino bianco menta olio extravergine

TRITATE *i pomodori secchi, sminuzzate grossolanamente le olive. Tagliate a dadini la feta e a filetti una decina di foglie di menta e mescolate il tutto.*
SBATTETE *le uova, unite la farina, il lievito e un pizzico di sale, quindi 80 g di olio, 80 g di latte, 30 g di vino, una macinata di pepe: otterrete un composto semiliquido.*
INCORPORATE *infine il trito di olive in modo che tutto sia perfettamente distribuito.*
FODERATE *di carta da forno uno stampo rettangolare della capacità di un litro, ungetelo di olio, riempitelo per 3/4 con l'impasto e cospargete la superficie con i pinoli.*
INFORNATE *a 180 °C per circa 1 ora, sfornate e fate raffreddare su una griglia.*
LA SIGNORA OLGA *consiglia di servire questo cake accompagnandolo con yogurt greco e germogli.*

3

Île flottante, aerea delizia

IL DOLCE CREATO DA GRANDI PÂTISSIER FRANCESI **PER I PALATI FEMMINILI** È SCENOGRAFICO MA FACILE DA FARE, A PATTO DI SEGUIRE PASSO PASSO LE NOSTRE INDICAZIONI A PROVA DI ERRORE

RICETTA GIOVANNI ROTA **TESTI** LAURA FORTI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

Non è facile orientarsi nei manuali di cucina classica quando si cerca la ricetta di questo famoso dessert. Secondo l'autorevole Larousse l'*île flottante* è un dolce a base di pan di Spagna, marmellata e poca crema inglese, mentre questa soffice meringa galleggiante sulla crema si trova alla voce *oeufs à la neige*, uova alla neve. Molti la definiscono in entrambi i modi, come succede spesso ancora oggi, anche in rete. Piccole varianti, invece, riguardano la cottura e la presentazione della meringa: alcuni, come Pellaprat, preferiscono infornarla a bagnomaria, in un'unica grande "isola", da dividere poi a cucchiaiate. Noi proponiamo la versione classica di base, la più semplice. Tuttavia, la sua perfetta riuscita richiede la massima precisione. Solo così si riesce a ottenere il giusto sapore e soprattutto la giusta consistenza che la rende irresistibile: vellutata nella crema, aerea nella meringa.

MOLTI COMPLETANO IL DESSERT CON MANDORLE TOSTATE

La ricetta

IMPEGNO Medio
TEMPO 40 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

Crema Inglese
500 g latte – **100 g** zucchero
6 tuorli grandi – vaniglia

Meringa
300 g latte
40 g zucchero – **2** albumi

Caramello
100 g zucchero

CREMA INGLESE *Scaldate il latte con mezzo baccello di vaniglia aperto per il lungo. Sbattete i tuorli con lo zucchero; quando il latte bolle, versatelo sui tuorli, poi rimettete il composto nella casseruola. Cuocetelo nuovamente a fuoco basso, finché comincia ad addensarsi appena, velando il cucchiaio. Spegnete e fate raffreddare la crema ottenuta.*
MERINGA *Montate gli albumi e, quando cominciano a schiumare, aggiungete lo zucchero; continuate a montare fino a ottenere un composto fermo. Scaldate il latte con 500 g di acqua in una larga casseruola; quando sobbolle, adagiatevi gli albumi, dopo averli compattati tra due cucchiai, in 6 quenelle lisce e omogenee. Cuocetele per 2', voltandole sui due lati, delicatamente. Scolatele su carta da cucina.*
CARAMELLO *Sciogliete lo zucchero in una casseruola con 2 cucchiai di acqua; portatelo a bollore e cuocetelo finché non comincia a imbiondire.*
ADAGIATE *le meringhe sulla crema inglese e completate facendo colare il caramello con un cucchiaio, in fili sottili: subito, raffreddandosi, diventerà croccante.*

1

Il problema

La crema inglese è troppo liquida

L'ERRORE Due possibilità: o non ha cotto abbastanza a lungo, o i tuorli erano troppo piccoli per dare consistenza alla crema.

LA SOLUZIONE Cuocete la crema finché, soffiando sul cucchiaio, si formano piccole onde. Se avete un termometro, spegnete a 82-85 °C: oltre, i tuorli si coagulano. Scegliete uova con l'indicazione "grandi" sulla confezione: per 500 g di latte, utilizzate almeno 100 g di tuorlo.

2

Il problema

Gli albumi non montano

L'ERRORE Si sono "contaminati" con parti di tuorlo oppure si è cercato di montarli in recipienti o con fruste non perfettamente pulite.

LA SOLUZIONE Separate con molta attenzione i tuorli dagli albumi e versate questi ultimi in recipienti ben sgrassati e asciutti. Anche le fruste dovranno essere lavate e asciugate alla perfezione. Per un risultato migliore, inoltre, conviene utilizzare albumi non freddi di frigorifero. Infine, se usate le fruste elettriche, montateli prima a bassa velocità, in modo da formare bolle piccole e fitte, che danno consistenza e compattezza all'albume. Aumentate la velocità solo verso la fine.

3

Il problema

Le meringhe si sciolgono durante la cottura

L'ERRORE Il latte e l'acqua in cui si sono immerse bollivano troppo tumultuosamente.

LA SOLUZIONE Abbassate il fuoco e riducete il bollore della soluzione di acqua e latte a un leggero fremito. Le quenelle, poi, devono essere ben corpose e lisce, in modo che il liquido non trovi "fessure" in cui penetrare, disfacendole. Per prepararle, compattate la meringa tra due cucchiai con un movimento rotatorio, per 2-3 volte, dosando la forza per dare la giusta consistenza, senza "schiacciare" troppo l'albume.

4

Il problema

Il caramello si è bruciato anche se è stato tolto dal fuoco quando era color biondo

L'ERRORE Non si è interrotta la cottura dello zucchero.

LA SOLUZIONE Appena dopo il bollore, il caramello è pronto. Raffreddatelo subito immergendo la pentola in una bacinella di acqua fredda, evitando così che il calore del recipiente continui a cuocere lo zucchero.

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina l'**8 gennaio***

Gioielli di Marca

FIUMI, VILLE, PAESAGGI: **TREVISO E IL SUO TERRITORIO**, DA VALDOBBIADENE AD ASOLO, SONO LO SCENARIO IDEALE PER UN FINE SETTIMANA FITTO DI CAPOLAVORI GASTRONOMICI, EMOZIONI ESTETICHE E VINI VERSATILI

TESTO MANLIO CASTIGLIONI

TRA ARTE E GUSTO A DESTRA: l'autoritratto è tra gli affreschi del Veronese nella palladiana Villa Barbaro (1560) a Maser. A SINISTRA: ad Asolo, sul Colle Messano, la cinquecentesca Villa Contarini vista dal giardino di Villa de Mattia. SOTTO, DA SINISTRA: la tolettatura del Radicchio rosso di Treviso Igp tardivo. La cantina di Bisol, azienda impegnata da cinquant'anni nella valorizzazione del Prosecco Superiore di Cartizze, vero e proprio cru della Docg Valdobbiadene. Tra gli altri produttori che ben esprimono nei loro vini il carattere di questa eccellente sottozona Silvano Follador, Ruggeri & C., Col Vetoraz e Villa Sandi; le uve del vitigno glera, nome che ha di recente sostituito quello di prosecco.

UN RISOTTO con scampi e radicchio tardivo di Treviso. Poi moéche fritte. Poi meringata con le fragole. Vino: **Prosecco**, indiscusso re di questa terra. Niente di meglio di una cena così per battezzare il nostro fine settimana a Treviso e nella sua Marca. La Porta di Alberto, questo il nome del ristorante nel cuore antico e intatto di Treviso, è una delle tante icone dell'attitudine al *bon vivre* che anima questa città incantata, fuori del tempo, bagnata dai fiumi Sile e Botteniga, percorsa da **portici e canali** che, come pagine di storia, si accendono di memorie, aneddoti, leggende. Lo scrittore trevisano Giovanni Comisso la riassunse così: "una gentilissima struttura medievale in giuoco bizzarro con le chiare acque dei fiumi che l'attraversano". Quando il giorno è fatto, i suoi tesori si squadernano d'improvviso nel fitto reticolo stradale, nelle piazze ariose e animate, lungo i canali Cagnan, Buranelli e Roggia, che s'intrecciano ai rivi riflettendo case e palazzi, ora di impronta medievale, ora manierista, in un intreccio compatto e armonioso. Dentro questo tessuto, che è **trama magica** di atmosfere, sono le chiese a stupire: oltre al Duomo, sontuoso accrocco di epoche, al cui interno predica tonante l'arte di Tiziano, del Pordenone e di Paris Bordone, ci sono San Francesco, San Nicolò e Santa Lucia, mistici laboratori di fede ove sommi e meno sommi pittori, dal Medioevo al Rinascimento, hanno compitato eloquenti catechismi illustrati. Il complesso di Santa Caterina è un dinamico **polo museale** d'arte e di archeologia, mentre le grandi mostre vanno in scena nella Casa dei Carraresi (ne è in corso – fino al 10 aprile – una straordinaria intitolata "El Greco in Italia"). Dunque questa è la "trevisanità" intramontabile e sempre nuova, quell'anima ineffabile che Giuseppe Maffioli (1925-1985), attore, scrittore, ma soprattutto **arguto gourmet**, saggio del gusto e talento ai fornelli al punto da essere stato a lungo una delle penne più autorevoli de *La Cucina Italiana*, ritrova nella cucina →

Fotografie di Cozzi/SIME, Mattia Mionetto, Stefano Scatà, Croppi/SIME, Cogoli/SIME

“Vi assicuro che, pur con l’esperienza che ho dei più bei panorami, nulla conosco

Vademecum

DOVE MANGIARE

- **LA PORTA DI ALBERTO**
  Per il pesce è il miglior ristorante di **Treviso**. Materia prima freschissima, ambiente tranquillo, arredi di design, servizio efficiente.
  Lo chef è Luca Bellio.
  www.laportadialberto.com
- **GELLIUS**
  A **Oderzo**, in un complesso archeologico altomedievale. propone una cucina d’eccezione in cui si alternano, di pari bontà. tradizione e innovazione.
  www.ristorantegellius.it
- **ANTICA OSTERIA DI VIA BRANDOLINI**
  A **Pieve di Soligo**, ottima cucina classica. Paste e gnocchi fatti a mano. Risotti: imperdibili. Per non dire degli spiedi alla griglia. Prezzi contenuti, atmosfera.
  www.anticaosteriabrandolini.it
- **OSTERIA AL BACARO**
  Il luogo ideale per chi cerca la vera tradizione. Nell’arredo e nella cucina. Ottime le materie prime, suggestivo l’ambiente, nel cuore della vecchia **Asolo**, amicale la gestione della famiglia Zecchin.
  Tel. 042355150
- **ENOTECA VERO VINO**
  Tra le migliori enoteche italiane, ha un’ampia scelta di vini nostrani ed esteri. Ma il protagonista è ovviamente il Prosecco.
  Offre anche un buona selezione di formaggi e salumi.
  A **Treviso**.
  Tel. 0422424580

DOVE SOGGIORNARE

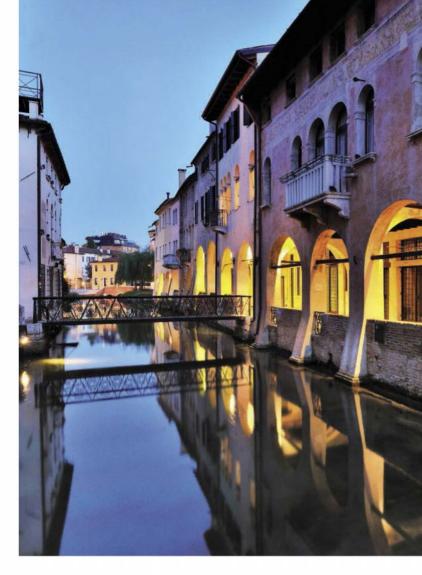
- **VILLA ZANE** Situata nella zona nord del comune di **Treviso**, è una villa veneta risalente al XVI secolo. Interni di charme, piscina e grande parco con alberi secolari. *www.villazane.it*

→

di queste lande descrivendola in **avvincenti libri-ricettari**. Nella cucina e negli ingredienti. A iniziare dal radicchio rosso, superlativo al gusto quello tardivo. Dice, a ragione, il detto: "Se lo guardi esso è un sorriso/se lo mangi è un paradiso/...il radicchio di Treviso". Poi gli asparagi bianchi e verdi di Badoere e i **formaggi**, il Bastardo del Grappa, la Casatella Trevigiana, il Formajo Imbriago tra il piccante e il fruttato, lo S-cek di Segusino, il Morlacco, prodotto esclusivamente nelle malghe del Massiccio del Grappa, Presidio Slow Food. Altro primo attore della tavola trevigiana è il maiale, presente in mille modi, tra cui la luganega e la bondiola, un insaccato di carne grassa e magra e di cotenne macinate che ha le caratteristiche del cotechino. Noci e castagne hanno un posto importante nel ricettario della tradizione, mentre tra i piatti più iconici vanno menzionati l'**oca arrosto** con il sedano in insalata, la faraona nelle molte ricette proposte da Maffioli, e il bollito, un classico composto di varie carni: scapino di manzo, gallina, lingua, testina, bondiola, talvolta lingua salmistrata. Sua variante povera ma gustosa è la *ossada*, con ossa di vitello e di manzo, ricche della parte gelatinosa delle cartilagini. Completano il quadro la **pasta e fagioli**, il civet di coniglio, le trote, i gamberi

→

LUOGHI E SAPORI A SINISTRA: gli asparagi bianchi e verdi di Badoere sono Igp. Una specialità trevisana: il pane con le noci. Un motto locale dice: "Pan e nose disnar de spose". A DESTRA: uno dei luoghi magici di Treviso, il canale dei Buranelli. SOTTO: a Possagno, attigua alla casa natale di Antonio Canova (1757-1822), la Gipsoteca canoviana espone i calchi in gesso dei capolavori creati dal nume della scultura neoclassica.

Fotografie di La Camera Chiara/StockFood, Scatà/SIME, Da Ros/SIME, Croppi/SIME

che possa eguagliare **LA VISTA** *che si gode dal palazzo della Regina ad Asolo"*

Robert Browning (1812-1889)

PRODOTTI DI ZONA

RADICCHIO VARIEGATO

Non solo rosso: nel territorio di Castelfranco Veneto cresce il Radicchio variegato Igp, nato dall'incrocio tra il Radicchio rosso di Treviso e l'indivia scarola. Ne garantisce la qualità il Consorzio di tutela. *www.radicchioditreviso.it*

Fotografie di Stefano Scatà, Mondadori Portfolio, Baviera/SIME

"Qui il cibo più frequente della borghesia

DOLCE TERRA SOPRA: piazza Flaminio a Vittorio Veneto è dominata dalla turrita Loggia di Serravalle. IN ALTO: selezione di formaggi all'Osteria Al Bacaro di Asolo. Tra i formaggi della Marca il Bastardo del Grappa e la Casatella Dop. A SINISTRA: cardinale in abiti domenicani in un affresco di Tomaso da Modena nella chiesa di San Nicolò a Treviso.

→ d'acqua dolce, le rane e le lumache, e molto altro ancora. Insomma grande varietà, riflesso di un mosaico di territori, città, paesaggi ai quali vale la pena di dedicare un weekend. All'ombra del Monte Grappa, si toccano Castelfranco Veneto, patria del Giorgione, e Conegliano, da cui passa la **strada del Prosecco**; quindi Possagno con la casa del Canova, la Gipsoteca con i gessi dei suoi capolavori e il suo Tempio, manifesto del Neoclassico. S'incontrano abbazie, come quella di Follina, immerse in verde silenzio, Villa Barbaro a Maser, che sposa l'architettura di Palladio alla pittura del Veronese, Vittorio Veneto e infine, tra colli sinuosi, Asolo, **borgo di dolcezze** che fu casa di Caterina Cornaro, regina di Cipro, e di Eleonora Duse e centro ideale per esplorare la strada della Doc Montello e Colli Asolani, che annovera vini biawnchi e rossi da uve cabernet e merlot, pinot bianco e grigio e chardonnay. Molti anche qui i luoghi gourmand che fanno capire perché l'aggettivo più usato per descrivere la Marca sia **"gioiosa"**.

LA RICETTA VENETA

Più croccante e delicato della varietà precoce, il **RADICCHIO ROSSO DI TREVISO IGP TARDIVO** è molto pregiato per la complessità della lavorazione, sulla quale veglia un Consorzio di tutela dedicato: dopo le prime brinate di novembre, infatti, il radicchio viene raccolto e posto in vasche riempite con acqua corrente di risorgiva, per il cosiddetto "imbianchimento": diversi giorni più tardi compaiono nuovi germogli, la pianta rinasce ed è pronta per le fasi successive: pulizia dei cespi, lavaggio e confezionamento. In questa ricetta il suo sapore deciso caratterizza gli gnocchi, insieme con il Morlacco, il tipico formaggio vaccino d'alpeggio.

PREPARAZIONE JOËLLE NÉDERLANTS
TESTO LAURA FORTI
FOTOGRAFIA E STYLING BEATRICE PRADA

Gnocchi al radicchio

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg patate
300 g radicchio rosso di Treviso Igp tardivo più un po′
280 g farina più un po′
150 g formaggio Morlacco
2 tuorli – burro – sale

LESSATE *le patate per 45′; intanto, mondate il radicchio e tagliatelo a pezzetti.*
APPASSITELO *in una casseruola con una piccola noce di burro, per 10′; frullatelo e fatelo asciugare ancora un po′ sul fuoco, in modo da eliminare l′umidità residua, ottenendo un purè piuttosto denso.*
SCOLATE *le patate, pelatele e schiacciatele. Pesate circa 140 g di purè di radicchio e unitelo alle patate, insieme ai tuorli, alla farina e a un pizzico di sale. Lavorate gli ingredienti finché l′impasto non si staccherà dalle mani; dosate la farina in base all′umidità dell′impasto.*
DIVIDETE *il composto in filoncini, poi tagliatelo a pezzettini, ottenendo gli gnocchi: rigateli su una forchetta e appoggiateli su un vassoio infarinato.*
FONDETE *il formaggio in una piccola casseruola con una noce di burro, fino a ottenere una salsa fluida.*
CUOCETELI *in acqua bollente salata, scolateli e serviteli con la salsa al formaggio, completando a piacere con radicchio crudo.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***27 gennaio***

A

B

Piaceri di cantina

VINI DI ANTICHE ORIGINI ED **ECCELLENZE** A UN PREZZO MINI. BOTTIGLIE CHE RACCONTANO LA LORO TERRA E INVITANO ALLA CONVIVIALITÀ

A CURA DI GIUSEPPE VACCARINI

Per la tavola quotidiana

LIGURIA

1 LIGURIA DI LEVANTE CILIEGIOLO 2014 ARRIGONI TENUTA ROSADIMAGGIO *(7 euro).* Come racconta il nome, è un rosso robusto dalle spiccate **note di ciliegia** che nasce in un "fazzoletto" di 5 ettari da antiche vigne. Si serve a 16-18 °C.

BUONO CON: ***zuppa di fagioli, carni bianche arrostite.***
La Spezia, www.arrigoni1913.it

LOMBARDIA

2 OLTREPÒ PAVESE BONARDA "LA CASETTA" 2013 CA' DI FRARA *(13 euro).* Fiore all'occhiello di un'azienda nata nel 1905 che fa della sostenibilità il suo vanto, questa insolita Bonarda **ferma** trova un perfetto equilibrio tra dolcezza e acidità. Si serve a 16-17 °C.

BUONO CON: ***piatti a base di carne di maiale e bollito misto.***
Mornico Losana (PV), tel. 0383892299, www.cadifrara.com

ALTO ADIGE

3 ALTO ADIGE ST. MAGDALENER "RIELERHOF" 2015 BRIGL *(8 euro).* Da una casa vinicola pluripremiata con **700 anni** di storia, un rosso vellutato e leggero. Ottimo per l'aperitivo, è un'eccellenza tra i vini ricavati dal vitigno schiava, autoctono del Alto Adige. Si serve a 15-16 °C.

BUONO CON: ***salumi e formaggi locali.***
San Michele Appiano (Bz), tel. 0471662419, www.brigl.com

PUGLIA

4 DAUNIA BIANCO "IL QUADRELLO" 2014 CANTINA LA MARCHESA *(6,50 euro).* Dal sole del Tavoliere, un bianco fresco e profumato ricavato da uve autoctone raccolte e lavorate rigorosamente **a mano**. Si serve a 8-10 °C.

BUONO CON: ***antipasti marinari, primi a base di pesce e carni bianche.***
Lucera (FG), tel. 0881524000, www.vinilamarchesa.it

Belle maniere

DI FIAMMETTA FADDA

IL PREZZO È GIUSTO?
Quando apro la lista dei vini nei ristoranti noto che ci sono prezzi molto diversi per le stesse bottiglie. Con quale metro si giudica il ricarico corretto?

Sorprenderà molti sapere che quanto più un vino è costoso alla partenza in azienda, tanto inferiore è, di regola, il ricarico applicato dal ristorante. Come a dire, chi più spende, meno spende. E meglio beve. Tranne che, naturalmente, nel caso di etichette molto rare o pressoché fuori mercato. Per esempio, una bottiglia pagata 70-80 euro all'origine, come un buon Brunello di Montalcino, non dovrebbe superare i 150 al ristorante; mentre un vino con un prezzo di partenza in azienda di 6-7 euro, come un Frascati, è corretto che compaia in lista a 20, ossia tre volte il suo costo di acquisto. Fermo restando che molti sono gli elementi in gioco nella piacevolezza del bere, dalla profondità qualitativa della cantina del locale alla professionalità e alla cura del servizio (sommelier dedicato, qualità dei bicchieri…), capire subito la politica dei prezzi di un ristorante è semplice: basta cercare nella carta il costo di un'etichetta di cui si conosce il prezzo di acquisto al supermercato o in enoteca. E fare il conto. Adesso poi esistono delle applicazioni, anche gratuite, con le quali, fotografando l'etichetta, si hanno una serie di utili informazioni sul vino, prezzi compresi.

Fotografie di Riccardo Lettieri

Etichette d'eccezione

TOSCANA

1 "PRIMA PIETRA" 2011 CASTIGLION DEL BOSCO

(60 euro). Un rosso intenso con un finale **speziato** in cui si riconoscono gli aromi di uve maturate vicino al mare. Riposa 18 mesi in piccole botti di rovere nella cantina a Castiglion del Bosco, località sulla via Francigena che porta da Roma a Canterbury attraversando i terreni della tenuta. Si serve a 16-18 °C.

BUONO CON: ***paste locali con ragù di carne, pecorino stagionato.***
Loc. Castiglion del Bosco (SI), tel. 0577 1913750, www.castigliondelbosco.com

MARCHE

2 VERDICCHIO DEI CASTELLI DI JESI CLASSICO SUPERIORE 2012 "BALCIANA" SARTARELLI

(19 euro). Risultato dell'accuratissima **ricerca** dei migliori cloni di antichi vitigni di verdicchio, è un bianco sapido dal caratteristico retrogusto di mandorla che incanta il palato. Si serve a 10-12 °C.

BUONO CON: ***brodetto di pesce, orata al cartoccio.***
Poggio San Marcello (AN), tel. 073189732, www.sartarelli.it

MERITA UNA TAPPA IL SUGGESTIVO WINE RESORT NEL CUORE DELL'AZIENDA

Da non perdere

FRUTTATO E SUADENTE, DEVE LA SUA DOLCEZZA AL 15% DI UVE PASSITE

LOMBARDIA

1 FRANCIACORTA EXTRA BRUT "EBB" MILLESIMATO 2010 IL MOSNEL

(40 euro). Il nome "EBB" nasce dalle iniziali di Emanuela Barzanò Barboglio, pioniera della Franciacorta, a cui i figli hanno voluto dedicare questa preziosa **cuvée** dal finissimo perlage e dai sentori delicati di pesca e fiori. Si serve a 8-10 °C.

BUONO CON: ***tartare e carpacci di mare o carni speziate.***
Camignone (BS), tel. 030653117, www.ilmosnel.com

VENETO

2 PIAVE MALANOTTE "GELSAIA" 2011 AZIENDA GIORGIO CECCHETTO

(22 euro). Frutto di un'annata **molto fortunata**, è prodotto con il vitigno raboso nella zona d'origine, dove si coltiva da 500 anni. Una curiosità: deve il suo nome al gelso, usato un tempo come sostegno delle viti. Si serve a 17-18 °C.

BUONO CON: ***stufati di manzo e formaggi a lunga stagionatura.***
Tezze di Piave (TV), tel. 043828598, www.rabosopiave.com

TOSCANA

3 CHIANTI COLLI SENESI "TERRA ROSSA" RISERVA 2012 TENUTA DI TRECCIANO

(10 euro). Nasce nel cuore della campagna senese e matura in un'antica villa medievale un tempo **convento**, questo Chianti elegante dalle note di viola e ginestra. A pieno diritto tra i nostri "da non perdere" per l'ottimo rapporto qualità-prezzo. Si serve a 18-20 °C.

BUONO CON: ***salumi toscani, carni alla brace, pecorino semistagionato.***
Sovicille (SI), tel. 0577314357, www.trecciano.it

CAMPANIA

4 FIANO DI AVELLINO 2014 "SARNO 1860" TENUTA SARNO 1860

(15-18 euro). Tanto antico che lo citava già **Plinio il Vecchio**, il Fiano si ottiene dall'omonimo vitigno detto "Vitis apiana", perché delle sue uve erano ghiotte le api. Questo, morbido e minerale, è prodotto in una tenuta la cui sede è anche un museo privato. Si serve a 10-12 °C.

BUONO CON: ***crostacei, carni bianche e formaggi freschi.***
Avellino, tel. 3397265669, www.sarno1860.it

LO STILE IN TAVOLA Bicchieri Riedel.

Fotografie di Riccardo Lettieri, Bruno Bruchi

Antipasti

Bottarga, tè, Porto, Lambrusco: ingredienti familiari che diventano sorprendenti accostati in modo inedito. Ecco le nostre idee per un **INIZIO DI SUCCESSO**

RICETTE DAVIDE NOVATI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI AMBRA GIOVANOLI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

STIMOLANTE
Il mix di sapori e consistenze reinventa l'unione di formaggio e verdura in una portata che stupisce l'occhio e stuzzica il palato

1 Barba di frate con nocciole e bottarga

IMPEGNO Facile
TEMPO 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g formaggio primo sale – **240 g** barba di frate – **20 g** nocciole non pelate
10 g bottarga di tonno – radice di rafano – olio di nocciola – aceto balsamico – sale

AFFETTATE *molto sottilmente la bottarga, meglio se con l'affettatrice o con un coltello ben affilato, quindi tagliate il primo sale a cubetti e conservate tutto al fresco.*
SPACCATE *a metà le nocciole e tostatele in forno a 200 °C oppure in una padellina*
SENZA *condimenti per 5'.*
PULITE *e lessate la barba di frate in acqua salata per un paio di minuti, scolatela e trasferitela in una ciotola colma di acqua e ghiaccio, poi sgocciolatela e conditela con olio di nocciola e un cucchiaio di aceto balsamico.*
PELATE *un pezzetto di rafano.*
SISTEMATE *la barba di frate nei piatti con i cubetti di primo sale, insaporiteli con una grattugiata di rafano, regolando la quantità in base al vostro gusto, e completate con le nocciole tostate e fettine di bottarga.*
LA SIGNORA OLGA *dice che, se preferite, potete sminuzzare le nocciole anziché tagliarle a metà o usare della granella già pronta, tostandola sempre prima in forno ben caldo per qualche minuto. Questo passaggio, infatti, ne aumenta notevolmente le note aromatiche.*

VINO *bianco giovane, secco, armonico, fragrante.*
• Garda Riesling
• Vignanello Greco
• Nuragus di Cagliari secco

Scuola di cucina

LA BARBA DI FRATE

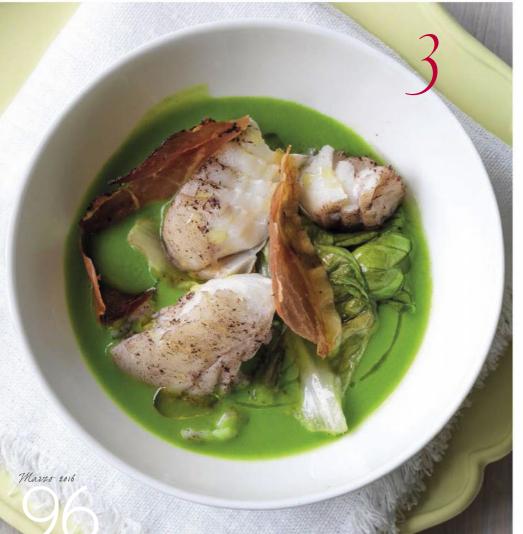
Caratterizzata da lunghe foglie verdi e filiformi, simili all'erba cipollina, questa piccola pianta erbacea prende anche il nome di agretti, soprattutto nel Centro Italia. Diffusa in tutta la penisola, viene venduta in mazzetti durante la stagione primaverile, fra marzo e aprile, e il suo sapore è piacevole e leggermente acidulo. Le foglie si consumano dopo un'accurata pulizia e una breve lessatura, condite con olio di oliva, limone, sale o altri condimenti aromatici. Ecco come si prepara la barba di frate.

a **Verificate che le foglie siano sode e verde brillante, poi pulitele singolarmente. Tagliandone molte insieme, infatti, rischiereste di tralasciare alcune impurità o, al contrario, rimuovere anche le parti buone.**

b **Eliminate le radici e la parte del fusto, più dura e giallognola, tagliando nel punto in cui le foglie si diramano e diventano tenere e sottili.**

c–d–e **Risciacquate le foglie, poi sbollentatele in acqua salata per 2-3', infine scolatele e tuffatele in una ciotola colma di acqua e ghiaccio per mantenerne il colore e la croccantezza. Sgocciolatele e conditele.**

LO STILE IN TAVOLA Piatto degli agretti e piatti gialli dei carciofi e del nasello Bitossi Home, tovagliolo azzurro Society by Limonta; pentola verde per la cottura degli agretti Moneta Pantone Universe.

TOCCASANA
Adatti sia ai piatti dolci sia a quelli salati, i semi di chia, originari del Centro America, sono un concentrato di vitamina C, calcio e Omega 3

2 Carciofi al tè affumicato

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
100 g pane pugliese raffermo
10 g tè nero affumicato
4 carciofi – **1** limone
burro – semi di chia
amido di mais – sale – pepe

TOSTATE *il pane in forno a 100 °C per una decina di minuti, finché non si sarà dorato.*
MONDATE *i carciofi: eliminate le foglie esterne più dure, poi rimuovete la barba centrale, scavandoli al centro con uno scavino o con un coltellino, senza tagliarli a metà. Pelate i gambi e mettete tutto in una ciotola di acqua acidulata con il succo di un limone.*
RICAVATE *la scorza del limone spremuto e conservatela.*
SFORNATE *il pane, lasciatelo raffreddare quindi frullatelo grossolanamente.*
FATE *bollire un litro di acqua con un pizzico di sale, la scorza del limone e il tè affumicato per 5′, poi togliete la scorza e filtrate il liquido per eliminare le foglie di tè, che dovrete però tenere da parte.*
RIPORTATE *il liquido filtrato a bollore, lessatevi i carciofi per 5′, poi unitevi i gambi e proseguite per altri 10′.*
PREPARATE *il ripieno: sgocciolate i gambi con la schiumarola, tagliateli a cubetti e rosolateli in padella per 5-6′ con 40 g di burro, il pane frullato, un pizzico di sale e pepe e una cucchiaiata di foglie di tè conservate in precedenza.*
TENETE *da parte una tazza di liquido di cottura (tè) bollente, quindi scolate i carciofi e riempiteli con il ripieno di gambi e pane.*
MESCOLATE *uno o più cucchiai di amido di mais nel tè bollente, ottenendo una salsa densa e liscia; versatela a specchio nei piatti, sistematevi al centro un carciofo, completate con una manciata di semi di chia e servite.*
LA SIGNORA OLGA *dice che potete preparare il tè per la cottura dei carciofi utilizzando l'apposito colino a rete: in questo modo eviterete di doverlo filtrare. Il tè affumicato o Lapsang Souchong è una varietà di tè nero cinese e si trova nei negozi specializzati o in erboristeria.*

VINO *bianco giovane, abboccato e fragrante.*
- **Colli di Scandiano e di Canossa Bianco abboccato**
- **Frascati Abboccato**
- **Arborea Trebbiano amabile**

3 Nasello su crema di lattuga e Speck

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g filetti di nasello puliti
200 g lattuga – **170 g** patate
50 g cipolla
2 fette di Speck dell'Alto Adige Igp
vino Porto – alloro – pepe nero in grani
olio extravergine di oliva – sale

MONDATE *la cipolla, tritatela e cominciate a stufarla in un velo di olio, per 3-4'.*
PELATE *le patate e affettatele, unitele alle cipolle e rosolatele per 3-4'; poi bagnate con 500 g di acqua bollente salata (o brodo vegetale), coprite e cuocete per altri 10'.*
VERSATE *in un'altra casseruola 500 g di acqua, 100 g di Porto, qualche grano di pepe, 4 foglie di alloro e una piccola presa di sale; portate a bollore e lessatevi il nasello per 10'.*
SISTEMATE *le fette di speck ben distese fra due fogli di carta da forno, ponetevi sopra un peso e infornatele a 180 °C per 10' per asciugarle e renderle croccanti.*
CUOCETE *le foglie esterne della lattuga (tenendo da parte il cuore centrale) con le patate per 1', giusto il tempo di ammorbidirle, quindi frullate tutto in crema.*
TAGLIUZZATE *il cuore della lattuga e rosolatelo con un cucchiaio di olio per 1'.*
SGOCCIOLATE *il nasello e fatene dei bocconi.*
VERSATE *un mestolo di crema di lattuga nei piatti, sistematevi sopra i bocconi di nasello, lamelle di speck croccante, la lattuga rosolata e completate con un filo di olio.*

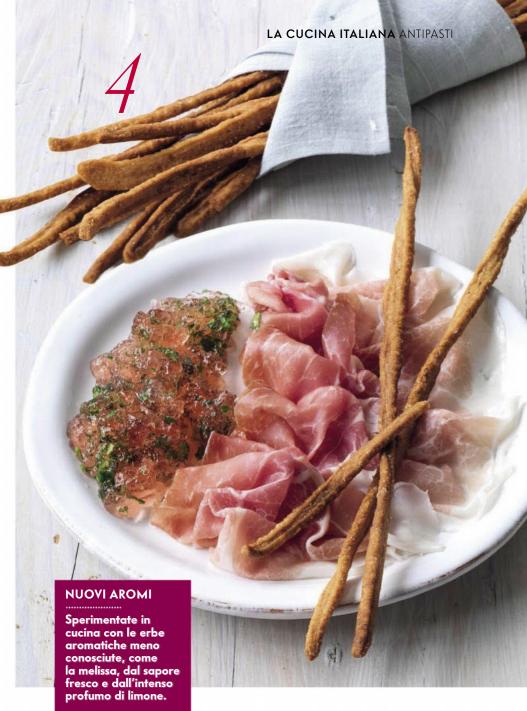
VINO *bianco secco, sapido, floreale.*
- **Carso Malvasia**
- **Colli Perugini Pinot grigio**
- **Contessa Entellina Grecanico**

NUOVI AROMI

Sperimentate in cucina con le erbe aromatiche meno conosciute, come la melissa, dal sapore fresco e dall'intenso profumo di limone.

4 Culatello e gelatina al Lambrusco

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 50'

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g farina 00
250 g culatello
200 g vino Lambrusco
20 g foglie di melissa più un po'
12 g 3 fogli di gelatina
8 g lievito di birra
zucchero – olio extravergine di oliva – sale

SCIOGLIETE *il lievito e un cucchiaino di zucchero in 100 g di acqua tiepida, poi, in un'altra ciotola, miscelate 40 g di acqua con 4 g di sale.*
IMPASTATE *la farina con l'acqua in cui avete disciolto il lievito e lo zucchero, dopo 5' unitevi la miscela di acqua e sale, 25 g di olio e lavorate per altri 5', ottenendo un impasto morbido; fatelo lievitare per 1 ora.*
PORTATE *a bollore il Lambrusco con 10 g di zucchero, poi spegnete, unitevi le foglie di melissa, coprite con la pellicola e lasciate in infusione per 30'. Ammorbidite la gelatina in una ciotola con acqua fredda.*
FILTRATE *lo sciroppo di Lambrusco, riversatelo nella casseruola e scioglietevi la gelatina, ben strizzata, infine trasferitelo in un contenitore basso e largo, ponetelo in frigo e fatelo gelificare per circa 1 ora.*
STENDETE *l'impasto a uno spessore di circa 5 mm poi tagliatelo in listerelle larghe 5 mm, ottenendo 30-35 grissini sottili.*
UNGETE *e cospargete di sale una teglia, sistematevi i grissini, spennellateli di olio in superficie e insaporiteli con un pizzico di sale; infornateli a 200 °C per 12-13'.*
SERVITE *il culatello con la gelatina al Lambrusco e completate con i grissini e un trito di foglie di melissa.*

VINO *rosso frizzante e leggero.*
- **Lambrusco Reggiano**
- **Cesanese di Olevano Romano frizzante**
- **Monica di Sardegna Rosso frizzante secco**

5 Crostini alla provatura e alici

IMPEGNO Facile
TEMPO 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **320 g** formaggio provatura
- **120 g** pane fresco senza crosta
- **100 g** burro
- **16** foglie di salvia
- **2** alici salate pulite
- latte
- pepe

TAGLIATE *il pane e la provatura in quadretti regolari di circa 4x4 cm e spessi 1 cm; ricavate 16 quadretti di pane e 12 di provatura.*
ALTERNATELI *su 4 spiedini con le foglie di salvia, iniziando e terminando ciascuno spiedino con il pane.*
SISTEMATELI *su una teglia foderata di carta da forno e infornateli a 200 °C per 4-5′, affinché la provatura si ammorbidisca e il pane si tosti leggermente.*
SCIOGLIETE *il burro in una casseruola con le alici spezzettate, aggiungete 2 cucchiai di latte ottenendo una cremina e cuocete a fuoco basso per un minuto.*
SFORNATE *gli spiedini, insaporiteli con una macinata di pepe, poi serviteli con la crema al burro e alici.*
LA SIGNORA OLGA *dice che la provatura è un formaggio a pasta filata, preparato con latte di bufala e molto simile, nella forma e nel gusto, a una mozzarella, con cui si può eventualmente anche sostituire.*

TRADIZIONI REGIONALI
In Lazio con il termine "crostini" si indicano dei ricchi spiedini preparati con formaggio e pane, tagliati a cubi o, più spesso, a rondelle; una variante molto apprezzata e diffusa è quella di spennellare con burro fuso i crostini anche prima e durante la cottura in forno: a voi la scelta.

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Friuli-Latisana Sauvignon**
- **Castelli Romani Bianco**
- **Salaparuta Catarratto**

*Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina l'**11 gennaio***

Primi

La stagione nuova suggerisce portate **LEGGERE** dove tenerissime erbe danno freschezza e colore a ingredienti di terra e di acqua dolce

RICETTE DAVIDE BROVELLI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI AMBRA GIOVANOLI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

CONSIGLIO
Se componete le lasagne con sfoglie di pasta fredde di frigo, infornatele a 160 °C per 15′ poi a 180 °C per altri 10′

1 Lasagne al tarassaco con verdure

IMPEGNO Medio
TEMPO 2 ore
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g latte
280 g farina
60 g tarassaco mondato e sbollentato
50 g noci sgusciate
30 g burro più un po'
2 cespi di radicchio tardivo
2 carciofi – **2** uova
1 cipollotto – **1/2** finocchio
grana grattugiato – prezzemolo – aglio
olio extravergine di oliva – sale

STRIZZATE *il tarassaco e frullatelo con le uova.*
DISPONETE *250 g di farina a fontana in una ciotola e versatevi sopra il composto di uova e tarassaco; lavorate per qualche minuto, ottenendo una pasta omogenea ma non troppo morbida, avvolgetela nella pellicola e ponetela in frigo per 1 ora (in questa fase l'impasto rilascerà un po' di umidità, raggiungendo la giusta consistenza).*
BOLLITE *il latte con uno spicchio di aglio sbucciato per 30′. Nel frattempo mondate i carciofi, tagliateli a spicchi, poi lessateli con uno spicchio di aglio con la buccia, un ciuffo di prezzemolo, un filo di olio e due dita di acqua per 20′.*
MONDATE *il radicchio, il finocchio e il cipollotto, affettateli sottili e grigliateli su una piastra ben calda, leggermente oliata, per 4-5′, voltandoli a metà cottura. Salate alla fine.*
SGOCCIOLATE *i carciofi e conservate il prezzemolo usato in cottura.*

1

LO STILE IN TAVOLA

Pirofila delle lasagne Le Creuset, piatto degli gnocchi, sottopiatti della zuppa di finocchi e delle linguine, piatto e sottopiatto della crema di broccoli Bitossi Home, tovaglioli colorati Society by Limonta; casseruola e padella ottura Moneta Pantone Universe.

Scuola di cucina

IL TARASSACO

Il termine deriverebbe dal greco, per la precisione dall'incontro fra due parole: *tarakè* che significa "scompiglio" e *àkos* che significa "rimedio". Già dal nome, dunque, si evince come questa piccola pianta erbacea porti numerosi benefici all'organismo. Le foglie si acquistano in mazzetti; indice di freschezza un bel colore verde, senza macchie o lacerazioni. Quelle esterne, più grandi, coriacee e amarognole, si usano lessate, saltate in padella, nelle zuppe o messe sott'aceto. Le più tenere hanno un sapore meno accentuato e sono ottime in insalata. Anche il momento della raccolta fa la differenza: le più aromatiche sono quelle primaverili. Ecco come si preparano.

a–b **Mondate le foglie di tarassaco: eliminate quelle rovinate, poi avvicinatele, formando un mazzo, e tagliate la parte finale dei gambi, più chiari e duri, quindi risciacquatele.**

c **Scottatele in acqua bollente salata per 1', scolatele e tuffatele in acqua e ghiaccio.**

d **Stendetele su una teglia foderata di carta da forno, spennellatele di olio e infornatele a 160 °C per 6-7'. Usatele come decorazione.**

e **Rosolatele in padella con poco olio, uno spicchio di aglio, un pizzico di sale grosso e un tocchetto di peperoncino dolce tritato per 2-3'. Servitele come contorno.**

A

B

C

D

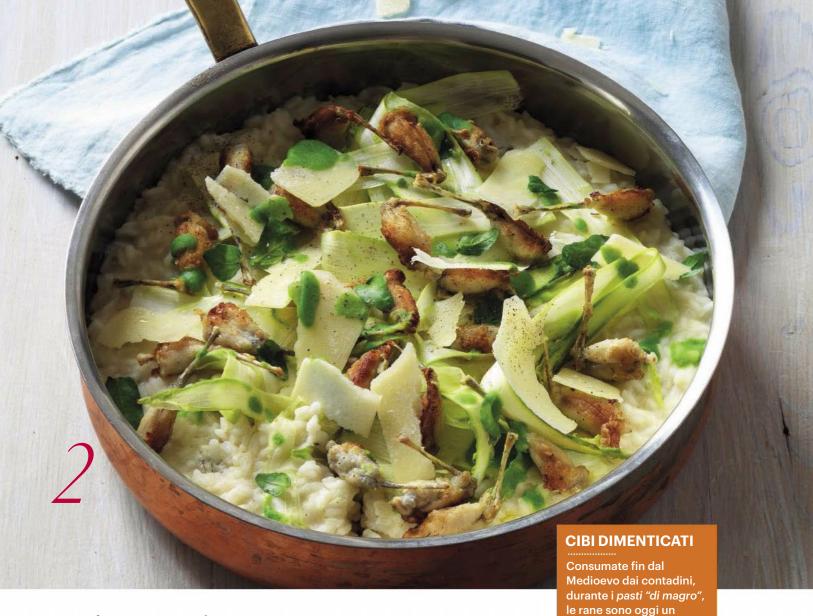
E

SCIOGLIETE *il burro in un pentolino, poi, fuori del fuoco, mescolatevi 30 g di farina, ottenendo un roux; versatevi sopra il latte caldo, eliminando l'aglio, amalgamate per ottenere una besciamella, salatela e riportatela sul fuoco fino al primo bollore.*
TRITATE *le noci e unitele alla besciamella.*
STENDETE *la pasta, spessa 1-2 mm, a mano o con la macchina stendipasta, ricavatene delle sfoglie a lasagna (10x15 cm); sbollentatele in acqua salata per un paio di minuti, quindi scolatele e asciugatele su un canovaccio.*
IMBURRATE *una pirofila e stendetevi prima uno strato di besciamella, poi uno di pasta, infine uno di verdure; proseguite allo stesso modo fino alla fine degli ingredienti, terminando con le verdure, poca besciamella e il ciuffo di prezzemolo intero tenuto da parte.*
COMPLETATE *con una manciata di grana e infornate a 180 °C per 20'.*
SFORNATE *e servite.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Capriano del Colle Trebbiano**
- **Gambellara**
- **Galluccio Bianco**

2

CIBI DIMENTICATI

Consumate fin dal Medioevo dai contadini, durante i *pasti "di magro"*, le rane sono oggi un ingrediente poco diffuso in Italia, eccetto nelle **zone risicole** del Nord.

2 Risotto con le rane

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g 20 rane senza testa
320 g riso Vialone nano
50 g crescione pulito più un po'
50 g grana grattugiato
40 g grana a scaglie
4 asparagi – **1** scalogno
burro – brodo vegetale – vino bianco
farina – olio extravergine di oliva – sale

STACCATE *il busto delle rane con un taglio netto, in modo da isolare le zampe: eliminatene le estremità dove non è presente alcuna polpa, poi raschiate con il coltello lungo gli ossicini inferiori per ricavare la carne e tenetela da parte.*
LASCIATE *gli ossicini appena raschiati attaccati alle cosce per mangiarle con facilità.*
MONDATE *e tritate lo scalogno, soffriggetelo in un cucchiaio di olio per un paio di minuti, poi tostatevi il riso per mezzo minuto e sfumatelo con 1/2 bicchiere di vino.*
PORTATE *a cottura il riso, bagnandolo via via con il brodo bollente, e unitevi, dopo una decina di minuti, la polpa rimossa dalle zampe delle rane (non le cosce).*
SPUNTATE *la base degli asparagi, poi affettateli a nastri con una mandolina o con un coltello affilato e conservateli al fresco.*
LAVATE *il crescione e frullatelo con 30 g di olio e un pizzico di sale, ottenendo una salsa.*
INFARINATE *le coscette e rosolatele in padella, in 20 g di burro spumeggiante, per circa 4', voltandole a metà cottura.*
MANTECATE *il risotto con una grossa noce di burro e il grana grattugiato, poi distribuitelo nei piatti e sistematevi sopra le cosce di rana fritte.*
COMPLETATE *con i nastri di asparagi, le scaglie di grana, la salsa al crescione e foglioline fresche di crescione.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Oltrepò Pavese Riesling**
- **Colli Pesaresi Biancame**
- **Gravina Secco**

3 Gnocchi di ricotta, verdure e prosciutto

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti più 30' di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g ricotta soda
200 g prosciutto crudo
150 g lattuga
150 g bietole
100 g latte intero o latte di kefir
70 g farina
2 uova
grana grattugiato
aceto di vino bianco
vino bianco
burro
sale – pepe

MESCOLATE *in una ciotola la farina con le uova, la ricotta e un pizzico di sale e pepe, ottenendo un composto morbido e ponetelo in frigo a rassodare per 30′.*
TAGLIATE *il prosciutto in grosse listerelle.*
MONDATE *le foglie di lattuga e le bietole e tagliatele a striscioline.*
ROSOLATE *il prosciutto con una piccola noce di burro per 2-3′, finché non sarà croccantino, poi unitevi la lattuga, le bietole, sfumate tutto con un cucchiaio di vino e proseguite la cottura per altri 2′.*
PREPARATE *dei grossi gnocchi con il composto di ricotta, aiutandovi con due cucchiai, lessateli nell'acqua salata, a leggero bollore, per 2′ da quando vengono a galla.*
VERSATE *intanto nella padella con il prosciutto, il latte e un cucchiaino di aceto, mescolate finché non si formerà una leggera cagliata, quindi trasferitevi gli gnocchi, scolandoli con la schiumarola.*
COMPLETATE *con una spolverizzata di grana e a piacere con listerelle di verdure verdi essiccate in forno. Servite.*
LA SIGNORA OLGA *dice che l'aceto ravviva il piatto con la sua acidità e freschezza.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- Alto Adige Sylvaner
- Vernaccia di San Gimignano
- Capri Bianco

4 Zuppa di finocchi

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg finocchi – **1 litro** brodo vegetale
200 g pane raffermo – prezzemolo – aglio
olio extravergine di oliva – sale – pepe

MONDATE *i finocchi, tenendo da parte i gambi più sottili e la barbetta, poi affettateli e rosolateli con uno spicchio di aglio e un filo di olio, per 4-5′; salateli, bagnateli con il brodo e cuoceteli per 20′.*
TAGLIATE *il pane a fettine; oliatele e tostatele in forno a 200-220 °C per 10′.*
TRITATE *un ciuffo di prezzemolo con la barbetta e i gambi di finocchio tenuti da parte.*
SERVITE *la zuppa sui crostini di pane e completate con il trito di prezzemolo e finocchio e una macinata di pepe.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- Valle d'Aosta Müller-Thurgau
- Friuli-Aquileia Verduzzo friulano
- Controguerra Passerina

5 Linguine con pesce persico e barba di frate

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g 8 filetti di pesce persico
350 g linguine
50 g barba di frate mondata (agretti)
20 g cipollotto
4 pomodori pelati in scatola
vino bianco – acciughe sott'olio
salvia – peperoncino fresco
olio extravergine di oliva – sale

SPINATE *i filetti di pesce persico e tagliatene 4 (circa 200 g) a cubetti piccoli.*
TAGLIATE *i pelati in tocchetti grossolani.*
MONDATE *il cipollotto, tagliuzzatelo e rosolatelo con un filetto di acciuga sgocciolato, in un cucchiaio di olio, per 2-3′, poi unitevi i tocchetti di pelati, il persico a cubetti e 5 foglie di salvia.*
SFUMATE *con una spruzzata di vino, quindi bagnate con un mestolino di acqua, infine salate e cuocete per 5-6′.*
LESSATE *le linguine in acqua salata.*
LAVATE *la barba di frate, unitela nella padella con il persico a cubetti e il pomodoro e proseguite per 2-3′.*
ROSOLATE *gli altri 4 filetti di pesce persico su entrambi i lati in una padella, con un velo di olio e 2 foglie di salvia, per circa 5-6′.*
SCOLATE *la pasta, trasferitela nella padella con il condimento, poi distribuitela nei piatti e completate con i filetti di persico divisi a metà e poco peperoncino tritato.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- Breganze Pinot bianco
- Sant'Antimo Chardonnay
- Circeo Trebbiano

UN LUSSO DI ACQUA DOLCE

Rinomati per la polpa soda e delicata, i filetti di pesce persico sono un piatto tipico delle zone lacustri: infarinati e rosolati nel burro con la salvia o fritti e serviti sul risotto.

6 Crema di broccoli, pancetta croccante e panna acida

IMPEGNO Facile
TEMPO 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
600 g cimette di broccolo pulite
180 g panna acida
8 fette di pancetta
olio extravergine di oliva – sale – pepe

LESSATE *le cimette di broccolo in acqua ben salata (circa un pugno di sale per litro) per 4-5′, poi scolatele e frullatele in crema.*
TAGLIATE *a listerelle la pancetta e rosolatela in un velo di olio per 3-4′, finché non sarà croccante.*
ALLUNGATE *la crema di broccoli con 4 mestoli di acqua non salata (assaggiatela alla fine per aggiustarla di sapidità), quindi distribuitela nei piatti e sistematevi sopra i riccioli di pancetta croccanti e una cucchiaiata di panna acida.*
COMPLETATE *con un giro di olio, una macinata di pepe e a piacere con una fettina di pane. Servite la crema calda.*
LA SIGNORA OLGA *dice che l'acqua molto salata durante la lessatura mantiene i broccoli di un colore verde brillante in quanto capace di fissarne la clorofilla. Non bisogna perciò preoccuparsi per l'eccesso di sale, perché verrà poi diluito con l'aggiunta di acqua nella preparazione della crema. Una volta pronta, va servita subito per mantenere il suo colore intenso. Se riscaldata in un secondo momento, il fuoco va tenuto bassissimo, per non far levare il bollore.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Bianco di Custoza**
- **Colli di Imola Pignoletto**
- **Pentro di Isernia Bianco**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***22 gennaio***

Scrigno di sapori

L'ORTO E L'AIA, ADESSO AL LORO MEGLIO, SI ESIBISCONO IN UNA VERSIONE **ELEGANTISSIMA** DELLA PASTA RIPIENA

RICETTA GIOVANNI ROTA
ABBINAMENTO VINO/RICETTA GIUSEPPE VACCARINI
TESTI CRISTINA FABBRI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Il vino giusto

Un rosso secco e leggero di corpo
Sangiovese "Rubicone" Terre della Pieve
È il frutto del lavoro di un'azienda relativamente giovane, che sa ben valorizzare il carattere schietto dei vini della Romagna. Esce dalla cantina

Tortelli di coniglio con le fave

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 2 ore e 30'

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
500 g 2 cosce di coniglio
450 g fave fresche sgranate
200 g farina 00 – **180 g** cipolla
150 g carota – **120 g** sedano
100 g semola rimacinata di grano duro
50 g grana grattugiato – **30 g** mollica di pane raffermo
5 tuorli – **1** uovo – amido di mais – burro
rosmarino – latte – vino bianco secco – salvia
olio extravergine di oliva – sale – pepe

1 VERSATE *la farina e la semola a fontana sulla spianatoia; sbattete in una ciotola l'uovo e i tuorli con 10 g di olio, 20 g di acqua e un pizzico di sale, quindi versate al centro della fontana e impastate.*
2 RACCOGLIETE *la pasta a palla, avvolgetela in carta da forno bagnata e strizzata e fatela riposare in frigo per circa 1 ora.*
3 DISOSSATE *le cosce di coniglio incidendo la carne intorno all'osso per rimuoverlo; eliminate poi cartilagini e pellicine. Tagliate a dadini sedano, carota e cipolla. Preparate un mazzetto aromatico legando con spago da cucina un rametto di rosmarino e qualche foglia di salvia.*
4 UNITE *in una teglia che possa andare in forno e sul fuoco le verdure, gli ossi delle cosce e il mazzetto aromatico, irrorate il tutto di olio, salate e pepate, poi infornate a 200 °C per 10'. Bagnate con mezzo bicchiere di vino bianco e proseguite la cottura per altri 20'.*
5 SBOLLENTATE *le fave, raffreddatele in acqua fredda, scolatele e sbucciatele. Sfornate la teglia, togliete la carne e rimettete le verdure e gli ossi sul fuoco; unite un cucchiaio scarso di amido di mais, una noce di burro, una spruzzata di vino bianco e mezzo litro di acqua, correggete di sale e cuocete per 20'. Ammollate intanto la mollica nel latte.*
6 TRITATE *le cosce, unite la mollica strizzata, il grana, 60 g di latte, sale e pepe, quindi amalgamate il tutto (farcia).*
7 TIRATE *la pasta in strisce sottili larghe 8 cm, spennellatele di acqua, distribuite la farcia a bocconcini, sovrapponete la pasta premendo intorno al ripieno, quindi tagliatela con un tagliapasta rotondo (ø 6 cm) ottenendo delle mezzelune.*
8 SOVRAPPONETE *le estremità delle mezzelune e pizzicatele con le dita per chiuderle.*
9 ELIMINATE *gli ossi dal fondo di cottura e filtratelo spremendolo bene nel colino cinese.*
10 LESSATE *i tortelli per 3-4' e saltateli con le fave già insaporite in una noce di burro; correggete di sale e pepate. Distribuite nei piatti qualche cucchiaio di fondo di cottura e completate con i tortelli e le fave.*

giovane e carico di freschezza, con profumi semplici, ma ben distinti di ciliegia, rosa appassita e note balsamiche. Morbido, pronto da bere con grande facilità, è buono su primi piatti saporiti con sughi di carne come questi tortelli. Si serve a 15-17 °C. *5 euro.*

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina l'**8 gennaio***

LO STILE IN TAVOLA
Piatto fondo e sottopiatto Bitossi Home; spianatoia di legno Tescoma, ciotole di vetro Bormioli Rocco.

Pesci

Ostriche, rombo e insalata di mare per sapori ai quali si vuole tornare sempre. Ma anche formaggio con lo spada e spigola con le mele per **ASSAPORARE LA NOVITÀ**

RICETTE TOMMASO ARRIGONI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI AMBRA GIOVANOLI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1

LA DOSE GIUSTA
Se le gustate da sole, senza il purè, la tradizione vuole che le ostriche siano servite in multipli di 6 pezzi

1 Ostriche, purè di topinambur e pesto di sedano

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g topinambur
50 g patata pelata
25 g foglie di sedano più un po'
10 g pinoli più un po'
10 g grana grattugiato
16-20 ostriche – limone – brodo vegetale
aglio – olio extravergine di oliva – sale – pepe

PELATE *il topinambur e conservatelo via via in una ciotola di acqua acidulata con il succo di 1/2 limone.*
TAGLIATE *a cubetti la patata e affettate il topinambur; rosolateli in padella con un filo di olio e uno spicchio di aglio sbucciato per 2-3', poi copriteli con il brodo e cuoceteli per 30'.*
FRULLATE *75 g di olio con i pinoli, le foglie di sedano, il grana, un pizzico di sale e pepe e un cubetto di ghiaccio; all'occorrenza aggiungete un goccio di acqua per ottenere un pesto liscio e piuttosto fluido.*
APRITE *le ostriche, separatele dalla valva e conservatele al fresco. Intanto frullate le patate e il topinambur con un filo di olio, sale, pepe e tanto brodo di cottura, quanto ne serve per ottenere la consistenza di un purè.*
DISTRIBUITE *il purè a cucchiaiate nei piatti, adagiatevi sopra le ostriche sgusciate e insaporitele con una macinata di pepe.*
COMPLETATE *con gocce di pesto di sedano, foglioline di sedano, pinoli e un filo di olio.*
LA SIGNORA OLGA *dice che l'aggiunta del cubetto di ghiaccio durante la preparazione del pesto evita che le foglie di sedano si surriscaldino perdendo così aroma e colore.*

OLIO *leggermente fruttato, con aromi freschi ed erbacei.*
- **Garda Dop da olive Casaliva**

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Montello e Colli Asolani Manzoni bianco**
- **Colline Lucchesi Vermentino**
- **Esino Bianco**

Scuola di cucina

APRIRE LE OSTRICHE

Il modo migliore per gustarle è senza dubbio crude, appena aperte e condite con una macinata di pepe o magari accompagnate da pane imburrato.
La maggior parte delle ostriche consumate oggi in Italia arriva da allevamenti francesi, specialmente della zona della Bretagna, ma anche quelle nostrane, provenienti dalla Puglia o dall'Emilia-Romagna, sono ugualmente degne di nota.
Per aprirle serve, innanzitutto, uno speciale coltello, dalla lama corta e robusta, simile nell'aspetto a un piccolo pugnaletto e dotato di un'elsa che protegge la mano durante le operazioni. Poi è bene servirsi di una protezione per afferrarle senza ferirsi, come l'apposito guanto in maglia di acciaio o un canovaccio ripiegato su se stesso più volte.
Ecco come si fa.
a **Appoggiate l'ostrica con la valva più piatta rivolta verso l'alto sopra a un canovaccio, piegato in quattro. Tenetela ferma con un lembo e inserite la punta del coltello nella cerniera fra le due valve, dove notate una piccola rientranza che ne favorisce l'ingresso.**
b c d **Fate leva con la lama per separare le due valve, poi spingetela all'interno e fatela scorrere fino a staccare quella superiore.**
e **Tagliate la membrana che tiene unita l'ostrica alla valva rimossa e staccatela completamente.**

A

B

C

D

E

LO STILE IN TAVOLA
Sottopiatto e piattino con la salsa delle ostriche e piatto del pesce spada Bitossi Home.

2 Tagliata di spada su salsa di Emmentaler

IMPEGNO Facile
TEMPO 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g 3 spesse fette di pesce spada
600 g verza
200 g Emmentaler Dop
timo – aglio – burro
concentrato di pomodoro
olio extravergine di oliva – sale

ROSOLATE *il pesce spada in padella con un velo di olio, uno spicchio di aglio e 4 rametti di timo per 15′, voltandole a metà cottura.*
PULITE *le verze e scottatele in acqua bollente per 1′, poi scolatele e strizzatele bene, infine tagliatele a striscioline e saltatele in padella con una piccola noce di burro e un pizzico di sale per un paio di minuti. Tenetele in caldo.*
FONDETE *l'Emmentaler in un pentolino con 100 g di acqua, a fuoco molto basso, ottenendo una salsa, poi frullatela e passatela al colino per renderla liscia (se dovesse essere troppo liquida, riportatela sul fuoco per un paio di minuti).*
TAGLIATE *a fette il pesce spada e salatelo.*
VERSATE *un mestolino di salsa all'Emmentaler in 4 piatti fondi, distribuitevi sopra le striscioline di verza, le fette di pesce spada e completate con gocce di concentrato di pomodoro e rametti di timo.*
LA SIGNORA OLGA *dice che il concentrato di pomodoro, usato crudo, aggiunge una bella nota di colore e un tocco acidulo e intenso che dà profondità al sapore del pesce e del formaggio.*

VINO *spumante secco, fragrante e aromatico.*
- **Cortese di Gavi Spumante**
- **Albana di Romagna Spumante**
- **Asprinio di Aversa Spumante**

3 Insalata di mare e verdure

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30′
Senza glutine

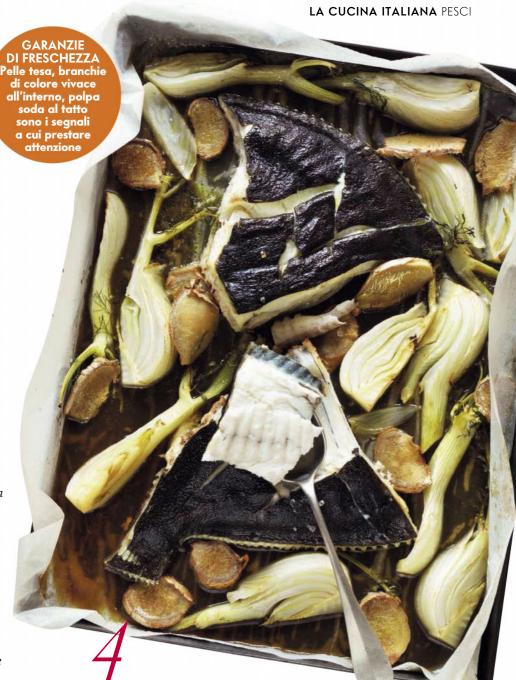
INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg vongole veraci
1 kg fasolari
1 kg cozze
400 g cime di rapa
300 g 1 seppia pulita

300 g cavolfiori
250 g broccoli
200 g mozzarella
25 g prosciutto crudo a fette
8 scampi sgusciati
acciughe sott'olio
aglio – alloro
vino bianco – limone
olio extravergine di oliva
sale – pepe

METTETE *a spurgare le vongole in una ciotola con acqua poco salata per 1 ora. Nel frattempo lavate e raschiate il guscio delle cozze con una spazzolina.*
SCALDATE *100 g di olio in un pentolino, senza che raggiunga il bollore (non deve superare 80 °C), poi toglietelo dal fuoco, immergetevi il prosciutto spezzettato e lasciatevelo in infusione fino a completo raffreddamento.*
MONDATE *i cavolfiori e i broccoli, tagliateli a cimette, lessateli per circa 3′, poi scolateli e raffreddateli in acqua ghiacciata.*
PULITE *anche le cime di rapa, tagliuzzatele, lessatele per 2-3′ e scolatele.*
SCALDATE *un filo di olio in una padella con uno spicchio di aglio e un filetto di acciuga sgocciolato, rosolatevi le cime di rapa per 4-5′ e aggiustatele di sale.*
APRITE *a libro il sacco della seppia e tagliatelo a listerelle. Sgusciate gli scampi.*
TOGLIETE *le cime di rapa dalla padella, poi, nella stessa, rosolatevi gli scampi e le listerelle di seppia per 2′.*
EMULSIONATE *2 cucchiaiate di olio con una spruzzata di limone, un pizzico di sale e pepe e condite broccoli e cavolfiori.*
TAGLIATE *la mozzarella a cubetti.*
SCALDATE *2 cucchiai di olio in una capiente casseruola con uno spicchio di aglio e una foglia di alloro, versatevi le cozze, bagnatele con 1/2 bicchiere di vino, coprite con il coperchio e cuocetele a fuoco medio per 5′, finché non si saranno aperte: eliminate le conchiglie che resteranno chiuse.*
FATE *aprire allo stesso modo le vongole e i fasolari, meglio se in due pentole separate.*
SGOCCIOLATE *tutte le conchiglie e staccate buona parte dei molluschi dal guscio.*
ADAGIATE *nei piatti le verdure, i frutti di mare, sgusciati e non, gli scampi, tagliati a metà, le seppie e la mozzarella.*
CONDITE *l'insalata di mare con l'olio al prosciutto filtrato e servitela subito.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- Lugana
- Bianco dell'Empolese
- Colli del Trasimeno Bianco scelto

GARANZIE DI FRESCHEZZA
Pelle tesa, branchie di colore vivace all'interno, polpa soda al tatto sono i segnali a cui prestare attenzione

4

4 Rombo alla birra

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1,5 kg rombo chiodato
800 g 2 finocchi
250 g birra scura
zenzero fresco – olio extravergine di oliva
sale grosso – pepe

TAGLIATE *con le forbici le pinne del rombo ed eliminatele, poi incidete sotto le branchie ed estraete le interiora. Tagliate intorno alla testa per rimuoverla, poi spaccate lungo la lisca centrale e dividete il corpo a metà, con un coltello spaccaossa o una mannaietta.*
MONDATE *il finocchio senza eliminarne la barbetta e tagliatelo a spicchi. Incidete la pelle del rombo con taglietti superficiali, quindi affettate lo zenzero, senza pelarlo; sistemate tutto in una teglia foderata di carta da forno, insaporite con un filo di olio, sale grosso e una macinata di pepe, infine irrorate con la birra e infornate a 180 °C per circa 20′.*
SFORNATE *e servite il rombo con i finocchi e il suo saporito fondo di cottura.*
LA SIGNORA OLGA *dice che potete preparare questa ricetta anche con tranci di rana pescatrice, ugualmente sodi e saporiti.*

BIRRA *chiara o ambrata, con aromi di tostatura, corposa e persistente.*
- Boch

5 Spigola, mele e pane croccante

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1,5 kg 1 spigola grande o 2 piccole
60 g pane fresco
2 cespi di indivia belga
2 mele Golden
miele di acacia – rosmarino – aglio
olio extravergine di oliva – sale – pepe

INFORNATE *le mele, intere, a 180 °C per 25′.*
TAGLIATE *il pane a pezzetti e tostateli in forno a 180 °C per 15-20′.*
MONDATE *l'indivia, affettatela per il lungo, poi cuocetela in padella con 2 cucchiai di miele, a fuoco basso, per 15′.*
SQUAMATE *la pelle della spigola con l'apposito strumento o con un coltello, raschiando in direzione opposta alle squame.*
SDRAIATE *la spigola e tagliate lungo il dorso, facendo penetrare il coltello fra la lisca e la polpa per ricavare il primo filetto, poi voltate la spigola e ricavate l'altro filetto. Tagliate ciascun filetto in due porzioni.*
ELIMINATE *la parte ventrale, più sottile e spinosa, quindi sfiorate la polpa per avvertire le spine residue e sfilatele con la pinzetta.*
INCIDETE *i filetti sulla pelle e rosolateli in padella, su questo lato, con un filo di olio, un rametto di rosmarino e uno spicchio di aglio sbucciato per 8-10′, salateli alla fine.*
SFORNATE *le mele, ricavatene la polpa e mescolatela con un filo di olio e un pizzico di sale e pepe. Frullate grossolanamente il pane e conditelo con un cucchiaino di olio.*
DISTRIBUITE *l'indivia nei piatti, sistematevi sopra 1/2 filetto di spigola, 2-3 quenelle di polpa di mela e completate con una manciata di briciole di pane e, a piacere, con cerfoglio.*
LA SIGNORA OLGA *dice che, per praticità, potete sostituire la spigola intera con 4 filetti già puliti, del peso totale di circa 500 g.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- Valdadige Pinot bianco
- Val Polcevera Vermentino
- Colli Amerini Malvasia

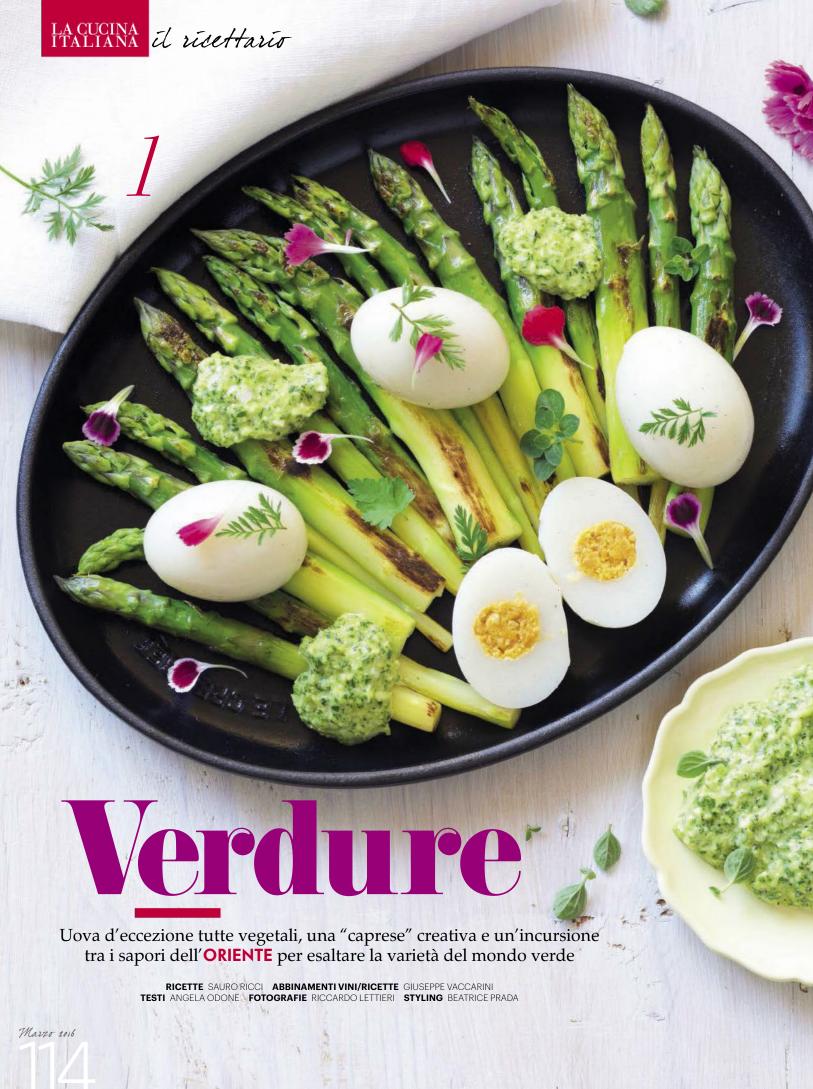
UN TOCCO DI VERDE
Di aspetto simile al prezzemolo ma dal sapore più delicato, il cerfoglio si sposa con piatti di pesce, legumi e zuppe

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***20 gennaio***

1

Verdure

Uova d'eccezione tutte vegetali, una "caprese" creativa e un'incursione tra i sapori dell'**ORIENTE** per esaltare la varietà del mondo verde

RICETTE SAURO RICCI **ABBINAMENTI VINI/RICETTE** GIUSEPPE VACCARINI
TESTI ANGELA ODONE **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

1 Uovo apparente con asparagi

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
450 g cimette di cavolfiore – **75 g** carote
70 g mandorle – **60 g** porro
40 g nocciole tostate – **24** asparagi – sale
agar-agar – prezzemolo – origano – limone
dragoncello – olio extravergine di oliva – pepe

RIDUCETE *sul fuoco al minimo 400 g di acqua con 5 g di agar-agar fino a ottenere 250 g di liquido.*
LESSATE *le cimette di cavolfiore in acqua salata per 5-10′ dal bollore.*
MONDATE *le carote e grattugiatele con la grattugia a fori grossi, poi rosolatele con olio e sale per 10′ circa. Frullatele finemente.*
FRULLATE *abbastanza finemente le nocciole. Mescolate le carote e le nocciole fino a ottenere un composto sodo e malleabile. Formate 6 palline e mettetele in freezer per 30′. Poi dividetele a metà.*
FRULLATE *le cimette di cavolfiore unendo, se necessario, un paio di cucchiai di acqua: dovrete ottenere una crema molto liscia.*
UNITE *alla crema di cavolfiore la riduzione di acqua e agar-agar ancora calda (non meno di 50 °C), mescolate bene, riportate sul fuoco senza raggiungere il bollore, aggiustate di sale e pepe e distribuite in 12 stampi in silicone a forma di mezzo uovo (in vendita nei negozi di casalinghi) riempiendoli completamente e livellando la superficie. Lasciate in frigo per 1 ora.*
TOGLIETE *le mezze uova dal frigo, scavate un piccolo foro al centro e inserite le mezze palline di carota. Livellate in modo che sembrino mezze uova, poi sformatele.*
TRITATE *grossolanamente il porro.*
GRATTUGIATE *la scorza di mezzo limone.*
FRULLATE *le mandorle non troppo finemente con un ciuffo generoso di foglie di prezzemolo, di dragoncello e di origano sminuzzate, poi unite la scorza di limone, il porro, sale, pepe, 6 cucchiai di olio e 4 di acqua e mescolate ottenendo una salsa abbastanza densa e cremosa.*
MONDATE *gli asparagi, lessateli per 3′ in acqua salata, poi grigliateli sulla piastra per 3′ per lato.*
SERVITE *gli asparagi con le uova apparenti e la salsa. Decorate a piacere con erbe aromatiche e petali di garofano eduli.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- Alto Adige Valle Isarco Veltliner
- Golfo del Tigullio Bianchetta Genovese
- Ostuni Bianco

LO STILE IN TAVOLA Piastra nera liscia Le Creuset, piattino giallo Bitossi Home, tovagliolo celeste Society by Limonta; colino dosatore Silikomart. Per fare i tagliolini di verdura abbiamo usato l'apposito strumento di Microplane.

Scuola di cucina

SVUOTARE E RIEMPIRE LE UOVA

Per stupire i vostri ospiti, anziché usare gli stampi a mezzo uovo, provate a realizzare delle uova "finte", vere più delle vere. Sarà indispensabile preparare 6 tazzine da caffè e foderarle parzialmente con un foglio di carta da cucina inumidito. In questo modo potrete accomodarvi le uova da riempire senza rischiare che si rompano o che si muovano mentre le farcite.

a–b **Picchiettate il guscio su un fianco in modo da formare un buco di circa 1,5-2 cm di diametro, poi svuotatelo eliminando albume e tuorlo: potrete usarli per fare una frittata o una torta, ma passateli al setaccio per verificare che non ci siano residui di guscio.**

c **Sciacquate i gusci con acqua e aceto, poi inserendo un dito nel foro, rompete la membrana attaccata al guscio ed eliminatela. Sciacquate ancora in acqua calda (almeno 60 °C) e aceto. Formate con il composto di carote e nocciole delle palline di non più di 1,5-2 cm di diametro, come spiegato nella ricetta a fianco, e fatele congelare.**

d **Riempite i gusci con la salsa di cavolfiore non oltre i 4/5 del volume.**

e **Dopo una decina di minuti mettete al centro di ogni uovo una pallina congelata e fate rapprendere in frigo per almeno 1 ora.**

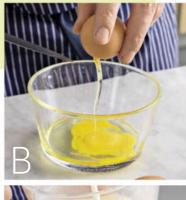
f **Infine rompete il guscio: ecco le vostre uova apparenti.**

A
C

B

D

E

F

2 Rape in brodo "giapponese"

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 10' più 5 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
3 funghi shiitake secchi (circa 8 g)
3 rape – alga kombu – peperoncino fresco
3 carote di grosse dimensioni – sale
1 sedano rapa – salsa di soia – zafferano
olio piccante – zucchero di canna – sakè

IMMERGETE *in una casseruola con 4 litri di acqua fredda l'alga kombu (un pezzo lungo 4-5 cm) e i funghi shiitake; lasciate bollire per 20'. Eliminate l'alga e i funghi, filtrate il brodo, insaporitelo con 70 g di salsa di soia, 30 g di zucchero di canna e mezzo bicchiere di sakè. Riportate di nuovo a ebollizione.*
MONDATE *le rape e lessatele in acqua poco salata per 10' dal bollore. Scolatele, immergetele nel brodo e fatele sobbollire per altri 10'. Appoggiate sulla superficie del brodo un foglio di carta da cucina: in questo modo le rape cuoceranno completamente immerse. Spegnete e fate riposare per 5 ore.*
RICAVATE *dal sedano rapa 18 palline usando uno scavino (ø 2 cm); fate lo stesso con le carote.*
LESSATE *le palline di carota per 3' in acqua salata. Raccoglietele in una ciotolina, conditele con olio piccante e qualche fettina di peperoncino fresco. Fate insaporire per 15'.*
LESSATE *le palline di sedano rapa per 5' in acqua salata e profumata con una bustina di zafferano.*
SERVITE *il brodo caldo con le rape a rondelle, le palline di carota e di sedano rapa decorando a piacere.*
LA SIGNORA OLGA *dice che l'alga kombu, i funghi shiitake, il sakè e la salsa di soia si trovano in vendita nei negozi di specialità orientali.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- **Colli Tortonesi Bianco**
- **Candia dei Colli Apuani Bianco**
- **Falerio dei Colli Ascolani**

3 Frittedda

IMPEGNO Facile
TEMPO 50 minuti più 30' di raffreddamento
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
450 g fave sgranate
250 g piselli sgranati
4 carciofi – **1** piccola cipolla

limone – zucchero – noce moscata
aceto di vino bianco – menta
olio extravergine di oliva – sale – pepe

MONDATE *i carciofi con parte dei gambi, tagliateli a spicchi e metteteli a bagno in acqua acidulata con succo di limone.*
PELATE *le fave eliminando la pellicina coriacea che le ricopre.*
AFFETTATE *sottilmente la cipolla e rosolatela in poco olio per 2-3′. Unite i carciofi e gambi sgocciolati e proseguite nella cottura sulla fiamma abbastanza vivace per 5′. Se fosse necessario bagnate con poca acqua.*
AGGIUNGETE *le fave e i piselli, salate, pepate, unite un mestolino di acqua calda e noce moscata grattugiata. Cuocete a fuoco lento per 10′. Se usate fave e piselli surgelati, riducete il tempo di cottura di 4-5′.*
TRITATE *finemente 5-6 foglie di menta.*
INSAPORITE *con il trito di menta, un pizzico di zucchero e 2 cucchiai di aceto. Mescolate delicatamente e dopo 1-2′ spegnete.*
LASCIATE *raffreddare prima di servire.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- Garda Bresciano Bianco
- Val d'Arbia
- Locorotondo

4 Tagliolini di daikon e di zucchine su salsa di broccoli al cren

IMPEGNO Medio
TEMPO 40 minuti più 30′ di riposo
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
400 g cimette di broccolo
250 g barbabietola cotta
3 grosse zucchine – **1** daikon
mirtilli – lamponi – limone – cren
olio extravergine di oliva – sale – pepe

MONDATE *la barbabietola e frullatela con 60 g di succo di limone e 2-3 mestoli di acqua: dovrete ottenere una salsa liquida.*
LESSATE *le cimette di broccolo per 9-10′ in acqua salata. Scolatele e frullatele in crema con sale, pepe, 3 cucchiai di olio, un cucchiaino di cren grattugiato e mezzo bicchiere di acqua.*
MONDATE *il daikon e le zucchine e tagliate entrambi in striscioline molto sottili a mo' di tagliolino.*
LESSATELI *separatamente in acqua salata per 30 secondi, scolateli e immergeteli in acqua fredda per bloccare la cottura.*
Scolate la metà dei tagliolini di daikon, immergeteli nella salsa di barbabietola e lasciateveli immersi per almeno 30′.
DISTRIBUITE *la salsa di broccoli nei piatti, unite tutti i tagliolini scolati, qualche mirtillo, qualche lampone e decorate a piacere con petali eduli.*
LA SIGNORA OLGA *dice che esistono in vendita diversi strumenti per ottenere spaghetti o tagliolini di verdura perfetti. Assomigliano a grossi temperamatite e si trovano in vendita nei negozi di casalinghi.*

OLIO *mediamente fruttato, morbido, con amaro non accentuato.*
- Monti Iblei Dop da olive Tonda Iblea
- Sardegna Dop da olive Bosana

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- Monti Lessini Bianco
- Valdichiana Bianco
- Biferno Bianco

4

5 "Caprese" di pleurotus, radicchio e scamorza

IMPEGNO Facile
TEMPO 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
350 g funghi pleurotus mondati
300 g scamorza affumicata
200 g vino rosso secco
200 g aceto di vino rosso
120 g radicchio rosso
4 pomodori secchi
finocchietto – olio di arachide
olio extravergine di oliva
sale – pepe

IMMERGETE *i pomodori secchi in acqua calda per 10′. Scolateli e tritateli finemente con un ciuffo generoso di finocchietto.*
PORTATE *a ebollizione l'aceto con il vino e 600 g di acqua. Mondate il radicchio, separate le foglie e lessatele per 3-5′ in questo mix di vino e aceto.*
SCOLATE *le foglie di radicchio, stendetele su un foglio di carta da cucina, tamponandole con attenzione.*
AFFETTATE *la scamorza in rondelle spesse poco meno di 1 cm.*
CUOCETE *le fette di scamorza e i funghi sulla piastra rovente velata di olio di arachide per 1-3′ per lato.*
DISTRIBUITE *nei piatti in modo alternato le fette di scamorza, le foglie di radicchio e i funghi. Condite con olio extravergine, sale, pepe e con il trito di pomodori secchi e finocchietto.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Colli Orientali del Friuli Verduzzo friulano**
- **Offida Passerina**
- **Cilento Bianco**

PROFUMO DI BOSCO

Più conosciuto con il nome di orecchione o gelone, il *Pleurotus ostreatus* è un fungo che cresce a gruppi, in modo spontaneo o allevato, sul legno morto. Il colore è *grigio* o tendente al *bruno* con qualche riflesso azzurrognolo, la forma ricorda quella di una spatola dalla consistenza soda: va cotto brevemente per non perdere la sua naturale compattezza.

5

*Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il **12 gennaio***

IL TEMPEH
È un panetto compatto di soia fermentata. Ricco di fibre, vitamine e proteine è noto anche come "carne di soia". Qui arricchisce il valore nutritivo delle verdure, ma il piatto è piacevolissimo anche senza

6

6 Misto di verdure al curry e latte di cocco

IMPEGNO Facile
TEMPO 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g tempeh
200 g carote
200 g latte di cocco – **150 g** piselli sgranati
30 g zenzero fresco – **3** cipollotti
2 gambi di sedano – **1** peperoncino fresco
Himalaya mix (sale marino, zucchero grezzo, senape, coriandolo, cumino indiano, zenzero, pepe bianco, curcuma)
basilico – lemon grass – curry
succo concentrato di mela bio
lime – olio di arachide

TAGLIATE *le carote, il verde dei cipollotti e i gambi di sedano a dadini e i cipollotti a fettine sottili. Affettate un terzo dello zenzero e unitelo al mix di verdure.*
INCIDETE *mezzo gambo di lemon grass con tanti tagli paralleli, affettate 5 foglie di basilico e il peperoncino. Raccogliete tutto insieme in una ciotola.*
TOSTATE *un cucchiaino di curry e uno di Himalaya mix in una casseruola di grandi dimensioni per 1′, poi unite 2 cucchiai di olio, le verdure della ciotola e i piselli: rosolate tutto sulla fiamma vivace per 4-5′.*
AGGIUNGETE *il latte di cocco, riducete la fiamma al minimo e cuocete dolcemente per 5-6′. Spegnete, eliminate lo zenzero, il lemon grass e il peperoncino. Tenete in caldo.*
TAGLIATE *il tempeh in dadini, ricopriteli su ogni lato con il concentrato di mela e rosolateli su una piastra rovente per 1′ per lato in modo che si caramellino.*
GRATTUGIATE *il resto dello zenzero e strizzate la polpa ottenuta ricavando circa un cucchiaino di succo.*
DISTRIBUITE *le verdure nei piatti completando con i dadini di tempeh, la scorza grattugiata di un lime, altre 4-5 foglie di basilico a filetti, il succo di zenzero e, a piacere, qualche rondella di cipollotto.*
LA SIGNORA OLGA *dice che il tempeh e l'Himalaya mix si trovano in vendita nei negozi di prodotti naturali ed esotici. Potete anche provare a creare un mix di spezie dosandole secondo il vostro gusto.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Vicenza Sauvignon**
- **Colli di Luni Vermentino**
- **Menfi Inzolia**

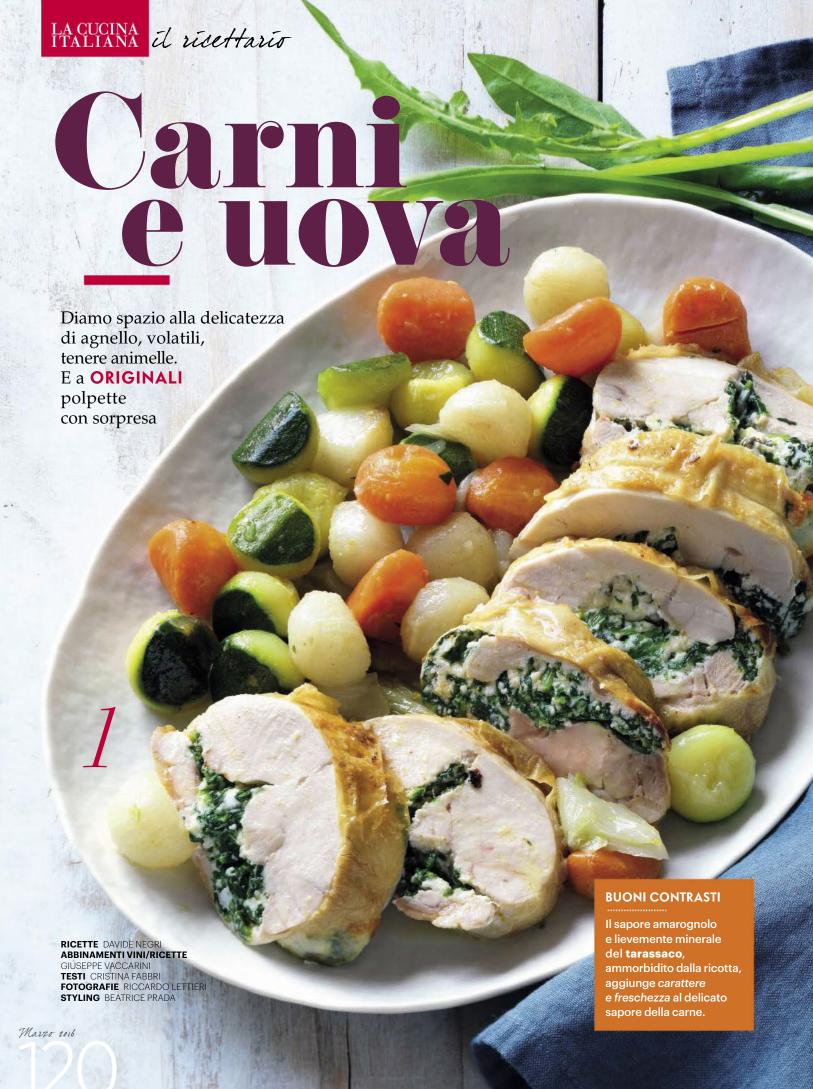
Carni e uova

Diamo spazio alla delicatezza di agnello, volatili, tenere animelle. E a **ORIGINALI** polpette con sorpresa

1

RICETTE DAVIDE NEGRI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI CRISTINA FABBRI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

BUONI CONTRASTI

Il sapore amarognolo e lievemente minerale del **tarassaco**, ammorbidito dalla ricotta, aggiunge *carattere e freschezza* al delicato sapore della carne.

1 Galletto ripieno con verdure glassate

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30′
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
- **600 g** 2 galletti
- **300 g** ricotta vaccina
- **200 g** tarassaco mondato
- **40 g** grana grattugiato
- **2** zucchine – **2** carote
- **2** cipollotti – **1** rapa
- burro – zucchero – brodo vegetale
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe nero

DISOSSATE *i galletti come indicato nella sequenza fotografica a fianco.*
SCOTTATE *il tarassaco immergendolo in acqua bollente per 2′, scolatelo e trasferitelo in acqua fredda, poi strizzatelo bene e tritatelo.*
UNITE *al tarassaco la ricotta, il grana, salate e pepate ottenendo il ripieno.*
SPALMATE *il ripieno sui galletti disossati, avvolgeteli a rotolo, rincalzate le estremità, quindi chiudeteli a salamotto con giri di spago da cucina.*
UNGETE *di olio i rotoli, salateli, pepateli e infornateli a 200 °C per 30′.*
TAGLIATE *a pezzi le verdure oppure tornitele con lo scavino. Scottate per 1-2′ le carote e la rapa in acqua bollente, poi trasferitele in padella con le zucchine e i cipollotti; unite una noce di burro, una macinata di pepe, 2 cucchiai di zucchero, un mestolo di brodo e cuocete per circa 15′: a fine cottura il brodo dovrà essere stato tutto assorbito e le verdure saranno lucide e ben glassate.*
SFORNATE *i galletti e lasciateli raffreddare per 10′ prima di affettarli. Serviteli con le verdure.*
LA SIGNORA OLGA *consiglia di utilizzare gli ossi dei galletti, uniti agli odori (sedano, carota, cipolla e una foglia di alloro), per preparare un brodo, vero passe-partout in cucina. Potete chiedere al vostro macellaio di disossare i galletti per voi.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- Bardolino Superiore
- Colli di Rimini Sangiovese
- Matino

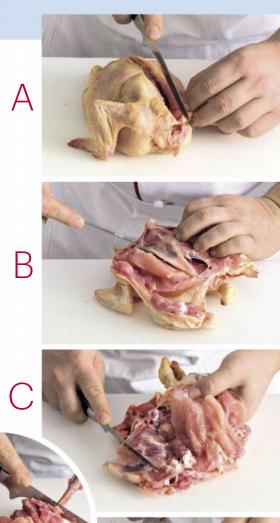
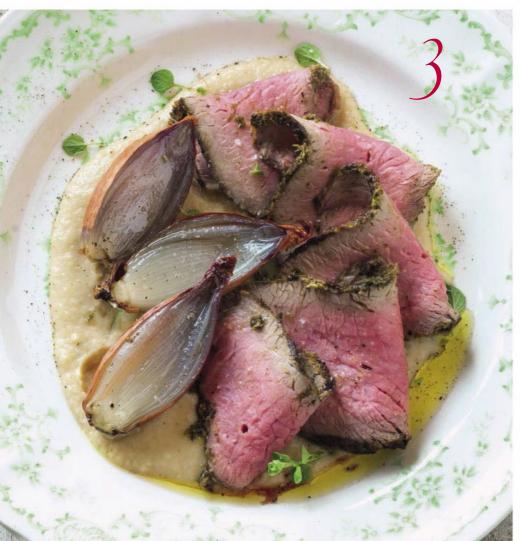
LO STILE IN TAVOLA

Piatti decorati e piatto giallo Bitossi Home, tovagliolo azzurro chiaro Society by Limonta.

Scuola di cucina

DISOSSARE UN GALLETTO

L'operazione non richiede una particolare abilità ma piuttosto l'uso di un coltello a punta, lungo, sottile e affilatissimo. Occorre lavorare con attenzione e cura per evitare di forare o di incidere la pelle: in tal modo il ripieno resterà ben racchiuso anche durante la cottura.

a **Appoggiate il galletto con il ventre verso il basso e praticate un'incisione lungo tutta la linea dorsale.**
b **Inserite la lama del coltello di piatto tra la polpa e gli ossi. Procedete fino a separare le due parti, tagliando gli ossi all'altezza delle anche e delle spalle, infine estraete la cassa toracica.**
c–d **Aprite a libro il galletto ed eliminate eventuali residui di ossicini e cartilagini. Procedete raschiando con il coltellino sugli ossi di coscia e sovracoscia per staccare la polpa, poi eliminateli.**
e **Tagliate infine le estremità delle ali all'altezza della giuntura e rimuovete gli ossi. Allargate e componete il galletto completamente disossato ottenendo un rettangolo abbastanza regolare: sarà pronto da farcire.**

2 Filetto di maiale con i capperi

IMPEGNO Facile
TEMPO 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
600 g 1 filetto di maiale
8 fette di pancetta tesa
capperi sotto sale – limone – vino rosso
olio extravergine di oliva – sale

DIVIDETE *in 4 pezzi il filetto di maiale e bardateli con 2 fette di pancetta ciascuno, fermandole con spago da cucina.*
ROSOLATE *i filetti in padella per 3-4′ per parte aggiungendo pochissimo olio e sale, quindi trasferiteli in una pirofila e infornateli a 200 °C per 8-9′.*
SFUMATE *nel frattempo il fondo di cottura rimasto nella padella con mezzo bicchiere di vino rosso e il succo di mezzo limone. Unite una cucchiaiata di capperi ben dissalati e fate ridurre la salsa.*
SFORNATE *i filetti, eliminate lo spago, irrorateli con la salsa ai capperi e serviteli subito, accompagnati a piacere con radicchio tagliato a spicchi e rosolato in padella con olio, sale e pepe.*
TRADIZIONI REGIONALI *L'Umbria ha una tradizione secolare nel trattare la versatile carne di maiale, soprattutto nella zona di Norcia. Il filetto è un taglio molto magro e delicato che richiede tempi di cottura precisi per non diventare asciutto e stopposo.*

VINO *rosso secco, di moderato invecchiamento.*
- **Terre Alfieri Nebbiolo**
- **Bolgheri Rosso**
- **Penisola Sorrentina Rosso**

3 Tagliata di scamone piccante con crema di ceci

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 15′ più 1 ora di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g scamone di manzo
200 g ceci lessati
50 g pancetta tesa
30 g prezzemolo tritato
5 scalogni – **1** peperoncino fresco
aglio – origano secco – rosmarino
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
olio di arachide – sale grosso e fino
pepe nero in grani

4

LE FRATTAGLIE PIÙ FINI

Le animelle sono una ghiandola, il timo, presente solo negli animali giovani. Si cucinano quelle di vitello e quelle di agnello. Hanno una consistenza morbida e fondente che ben contrasta con il croccante dell'impanatura.

PRIVATE *dei semi il peperoncino, quindi frullatelo con il prezzemolo, uno spicchio di aglio, un cucchiaino di origano, 60 g di aceto, 50 g di olio extravergine, 10 g di sale grosso e una generosa macinata di pepe.*
MASSAGGIATE *la carne con il composto ottenuto e fatela marinare a temperatura ambiente per almeno 1 ora.*
CUOCETE *la carne per 40′ sulla griglia calda ma non rovente, girandola spesso e spennellandola con la marinata.*
METTETE *4 scalogni non sbucciati in un piccolo pentolino e copriteli con 150 g di olio di arachide; cuoceteli a fiamma bassissima (l'olio non deve superare 80 °C) per 20′, poi spegneteli e lasciateli raffreddare nell'olio.*
SOFFRIGGETE *lo scalogno rimasto con la pancetta, entrambi tritati, e un ciuffetto di rosmarino. Unite i ceci, 100 g di acqua, sale, pepe, cuocete per 3′, poi frullate.*
FATE *riposare la carne per 15′ prima di affettarla sottilmente, infine servitela sulla crema di ceci con gli scalogni divisi a metà.*

VINO *rosso secco, di moderato invecchiamento.*
- **Ghemme**
- **Vino Nobile di Montepulciano**
- **Squinzano Rosso**

4 Animelle dorate e puntarelle al lime

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 20′

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
800 g animelle
250 g puntarelle mondate
70 g burro chiarificato
2 uova
farina – pangrattato
lime – zenzero fresco
colatura di alici
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PORTATE *a bollore 2 litri di brodo vegetale, poi immergetevi le animelle per 10′; scolatele, lasciatele raffreddare, eliminate la pellicina esterna, quindi salatele e pepatele.*
AFFETTATE *sottilmente le puntarelle e conditele con 2 cucchiai di olio, il succo di mezzo lime, un po' di zenzero grattugiato, un cucchiaino di colatura di alici e pepe.*
SBATTETE *le uova con un pizzico di sale quindi impanate le animelle passandole prima nella farina, poi nell'uovo sbattuto e infine nel pangrattato.*
FRIGGETE *le animelle nel burro chiarificato fino a quando non saranno dorate; servitele accompagnate con le puntarelle.*

VINO *spumante secco, fragrante e aromatico.*
- **Alta Langa Spumante bianco**
- **Trento Doc**
- **Sardegna Semidano Spumante**

5 Spezzatino di agnello al cartoccio

IMPEGNO Medio
TEMPO 3 ore
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1,5 kg 1/2 agnello da latte
600 g patate
3 carciofi – **1** carota – **1** cipolla
1 gambo di sedano – grana grattugiato
concentrato di pomodoro – aglio
prezzemolo – burro – vino bianco
olio extravergine di oliva – sale – pepe

DISOSSATE *l'agnello conservando gli ossi, ed eliminate le parti grasse; dovrete ottenere circa 800 g di polpa. Potete chiedere al vostro macellaio di farlo per voi.*
TAGLIATE *la polpa a bocconcini e fateli marinare per 1 ora con un cucchiaio di prezzemolo tritato, 2 spicchi di aglio in camicia, 2 cucchiai di olio, sale e pepe.*
SPEZZETTATE *gli ossi e tostateli in forno a 200 °C per 20′.*
AFFETTATE *sedano, carota e cipolla, quindi rosolateli in poco olio. Unite gli ossi tostati, sfumate con un bicchiere di vino bianco, coprite a filo di acqua nella quale avrete sciolto un cucchiaio di concentrato di pomodoro e fate cuocere a fiamma bassissima per 2 ore per ottenere il fondo di cottura.*
PREPARATE *6 quadrati di carta da forno; distribuitevi l'agnello marinato, unite una noce di burro, mezzo cucchiaio di grana grattugiato e chiudeteli a cartoccio.*
INFORNATE *a 200 °C per 20′ circa.*
MONDATE *i carciofi, tagliateli a spicchi e rosolateli brevemente in padella con un filo di olio e uno spicchio di aglio; salate, pepate, sfumate con mezzo bicchiere di vino bianco e spegnete. Sbucciate le patate, tagliate anch'esse a spicchi, poi lessatele per 5′ in acqua bollente; scolatele, conditele con olio, sale, pepe e trasferitele in una teglia con i carciofi. Infornate a 200 °C per 15′.*
PASSATE *il fondo di cottura al colino cinese, o al setaccio, spremendolo bene per estrarre tutti i succhi, poi rimettetelo sul fuoco a ridurre.*
SFORNATE *i cartocci, apriteli, irrorate l'agnello con il fondo di cottura e servite con le patate e i carciofi.*
LA SIGNORA OLGA *consiglia di calcolare con attenzione i tempi di cottura in modo da sfornare nello stesso momento lo spezzatino e le verdure.*

VINO *rosso corposo, dal profumo ampio.*
- Valtellina Superiore Valgella
- Esino Rosso
- Alcamo Cabernet Sauvignon

FONDO DI COTTURA
Fatto al momento come descritto, conferisce un sapore straordinario allo spezzatino, che sarà comunque ottimo anche senza

LA COPERTINA
BOCCONCINI PER STUPIRE

Con queste polpette potete dare una strepitosa nota gourmet anche agli aperitivi o a un picnic fuori porta: in tal caso preparatele il giorno prima e, una volta fredde, conservatele in frigo.

6

6 Polpette di vitello con uova di quaglia

IMPEGNO Medio
TEMPO 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g carne macinata di vitello
12 uova di quaglia
6 fette di pancarré
2 albumi – **1** uovo di gallina – prezzemolo
erba cipollina – germogli misti
insalatina di stagione – farina – latte
Tabasco – olio di arachide – sale – pepe

MESCOLATE *la carne con gli albumi, un cucchiaio di prezzemolo ed erba cipollina tritati, qualche goccia di Tabasco, sale e pepe.*

RASSODATE *le uova di quaglia immergendole per 3′ in acqua bollente, poi scolatele, raffreddatele sotto il getto dell'acqua e sgusciatele con attenzione.*
SBATTETE *l'uovo di gallina con un cucchiaio di latte, sale e pepe. Eliminate la crosta alle fette di pancarré e frullatele.*
PREPARATE *12 polpette con all'interno le uova di quaglia, quindi impanatele passandole prima nella farina, poi nell'uovo sbattuto e infine nel pancarré frullato.*
FRIGGETE *le polpette in olio bollente, scolatele su carta da cucina per eliminare l'unto e servitele con qualche foglia di insalata e qualche ciuffo di germogli misti.*

LA SIGNORA OLGA *dice che le uova di quaglia hanno gli stessi usi in cucina delle uova di gallina. Possono essere preparate sode, all'occhio di bue o in frittata, calcolando che a un uovo di gallina corrispondono 5 uova di quaglia.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **San Colombano**
- **Colli Pesaresi Focara Pinot nero**
- **Penisola Sorrentina Gragnano rosso frizzante**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***19 gennaio***

Piatto forte in verde

UN LINGOTTO **VEGETARIANO** PRIMAVERILE IN CUI LA MORBIDEZZA DELLA RICOTTA INCONTRA LE NOTE AMAROGNOLE DELLE VERDURE E IL CROCCANTE DELLA CIALDA DI GRANA

RICETTA GIOVANNI ROTA
ABBINAMENTO VINO/RICETTA GIUSEPPE VACCARINI
TESTI CRISTINA FABBRI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Tortino di catalogna con carote e carciofi

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
700 g catalogna
80 g ricotta – **80 g** mascarpone
70 g grana grattugiato – **70 g** scalogno
30 g pecorino grattugiato – **30 g** zenzero fresco
3 uova – **3** cuori di carciofo – **2** carote
timo – erba cipollina – prezzemolo – burro
olio extravergine di oliva – sale

1 MONDATE *la catalogna e tagliate a pezzi i gambi lasciando intere le foglie.*
2 IMMERGETE *i gambi in acqua bollente salata, cuoceteli per 3′, poi unite le foglie e spegnete dopo 2′. Scolate la catalogna e trasferitela in acqua e ghiaccio.*
3 STUFATE *lo scalogno tritato con 2 cucchiai di olio, una noce di burro e un rametto di timo.*
4 STRIZZATE *bene la catalogna, tritate a coltello alcune foglie e frullate le altre con le uova.*
5 UNITE *la ricotta, il mascarpone, 40 g di grana, il soffritto di scalogno senza il timo e frullate ancora.*
6 FODERATE *con carta da forno uno stampo rettangolare (20x10 cm, h 3 cm): tagliate una striscia di carta larga come il fondo dello stampo e lunga il doppio, ponetela nello stampo e su di essa appoggiate un quadrato di carta (20x20 cm).*
7 VERSATE *nello stampo metà del composto di catalogna, distribuite le foglie tritate e completate con il resto del composto. Infornate a 160 °C per 30′.*
8 RIDUCETE *separatamente in minuscola dadolata le carote e i carciofi, conditeli con olio e sale, unite lo zenzero a grosse scaglie e fate marinare per 20′. Ai carciofi, per evitare che anneriscano, unite anche qualche gambo di prezzemolo: ha lo stesso effetto antiossidante del limone, ma è più delicato.*
9 MESCOLATE *il pecorino con il grana rimasto e qualche filo di erba cipollina tritato. Coprite con 1/3 del misto di formaggi il fondo di una padellina antiaderente calda e cuocete una cialda; toglietela dal fuoco e preparate altre 2 cialde.*
10 SFORNATE *il tortino, sformatelo sul piatto e servitelo con le verdure marinate, dopo aver eliminato lo zenzero e il prezzemolo, e con le cialde di formaggio grossolanamente spezzettate.*

Il vino giusto

Un bianco giovane, secco e fragrante
Salento Bianco "Felicità" 2015
Tenute Albano Carrisi
Aroma intenso, caratteristico del sauvignon, e sapore asciutto, con una nota leggermente acidula e rinfrescante: qualità ideali per un abbinamento con piatti a base di verdure e antipasti di mare. Si serve a 10-12 °C. *15,50 euro.*

COME SI FA

LO STILE IN TAVOLA
Tegame nero Moneta, casseruolina verde Risolì, frullatore Braun.

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina l'**8 gennaio***

1

PIÙ GHIOTTO
Potete arricchire la crema di mascarpone e panna con gocce di cioccolato fondente

Dolci

Due proposte importanti come il timballo e la pastiera fanno da contraltare a idee più rustiche come il salame di cioccolato e la sbrisolona. **ELEGANTI** le arance con la crema gratinata

RICETTE ALESSANDRO PROCOPIO **ABBINAMENTI VINI/RICETTE** GIUSEPPE VACCARINI **TESTI** LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

LO STILE IN TAVOLA
Piatto del timballo Giove Lab, piatti colorati Bitossi Home, ciotola di vetro Bormioli Rocco padella Moneta Pantone Universe, piano di cottura Smeg.

1 Timballo al caffè con crema di mascarpone

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30' più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE
500 g mascarpone
300 g latte
125 g farina
70 g panna fresca
50 g burro più un po'
20 g zucchero più un po'
10 g gelatina in fogli   lamponi
3 uova
caffè in polvere   sale   rum

MESCOLATE *il burro fuso con lo zucchero, un cucchiaino di caffè in polvere e la farina. Unite poi il latte e le uova, un pizzico di sale e un cucchiaio di rum. Fate riposare la pastella ottenuta per 10', quindi cuocetela versandola a cucchiaiate in una padellina (ø 20 cm) unta con poco burro, ottenendo circa 12-15 crespelle. Copritele con un canovaccio e lasciatele raffreddare.*
AMMOLLATE *la gelatina in acqua, poi strizzatela e fatela sciogliere in 20 g di rum scaldato in un pentolino. Versatela nel mascarpone e mescolate.*
MONTATE *la panna con un cucchiaio di zucchero e unitela al mascarpone.*
RACCOGLIETE *il composto cremoso in una tasca da pasticciere e disponetelo a spirali non troppo serrate sulle crespelle, sovrapponendole in 10 strati. Completate il dolce con un'undicesima crespella e guarnitela a piacere con ciuffi di crema residua e lamponi. Lasciatelo riposare in frigo per 1 ora prima di servirlo.*
LA SIGNORA OLGA *dice che potete servire il dolce dopo 1 ora, ma se lo lasciate in frigorifero ben coperto per una notte il giorno dopo sarà più compatto e facile da tagliare. In questo caso, riponetelo senza decorarlo e guarnitelo al momento del servizio.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe.*
• Asti Docg
• Pantelleria Bianco frizzante

Scuola di cucina

PER CRESPELLE PERFETTE

Queste sottili frittatine, nella versione più povera, sono fatte solo con uova, farina e acqua. L'impasto di base più diffuso, tuttavia, utilizza il latte al posto dell'acqua. Come le crêpe francesi, si possono farcire con ingredienti salati o dolci: in quest'ultimo caso, si può aggiungere un po' di zucchero anche nell'impasto.

a b **Mescolate 125 g di farina con 250 g di latte e 2 o 3 uova, un pizzico di sale (o zucchero) e una piccola noce di burro fuso. Ungete la padella con poco burro: riversate l'eccedenza nella pastella.**
c **Versate con un mestolino la pastella nella padella e ruotatela in tutti i sensi, per distribuire bene il composto. Per crespelle molto sottili, riversate l'eventuale liquido in eccesso nella ciotola.**
d e **Cuocete la crespella finché i bordi non cominciano a staccarsi; voltatela con una paletta e cuocete anche l'altro lato. La superficie deve essere un po' "crespa" e dorata. Se è bianchiccia significa che la padella non era abbastanza calda; se presenta dei buchi, invece, la padella era troppo calda.**
f **Conservate le crespelle una sull'altra, coperte con la pellicola in modo che non si secchino, in frigorifero per 2 giorni o in freezer fino a un mese.**

A
C
E

B

D

F

2 Arance e crema gratinate

IMPEGNO Medio
TEMPO 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
100 g zucchero di canna
4 uova – **2** arance
Grand Marnier
zenzero in polvere
cannella in polvere – noce moscata
vaniglia – zucchero a velo – sale

SBUCCIATE *le arance e pelate a vivo gli spicchi.*
MONTATE *a neve ferma gli albumi, con un pizzico di sale.*
SCALDATE *2 cucchiai di Grand Marnier e scioglietevi lo zucchero, quindi lasciatelo raffreddare.*
UNITELO *ai tuorli e montateli finché non saranno spumosi e chiari, aggiungendo anche i semi di mezzo baccello di vaniglia, un pizzico di cannella in polvere, uno di zenzero e uno di noce moscata.*
INCORPORATE *ai tuorli gli albumi, delicatamente, ottenendo una spuma.*
VERSATELA *in 4 ramequin (ø 10 cm). Disponete gli spicchi delle arance sopra la crema e infornate i ramequin a 220 °C per 4-5′. Spolverizzateli con zucchero a velo e serviteli subito.*

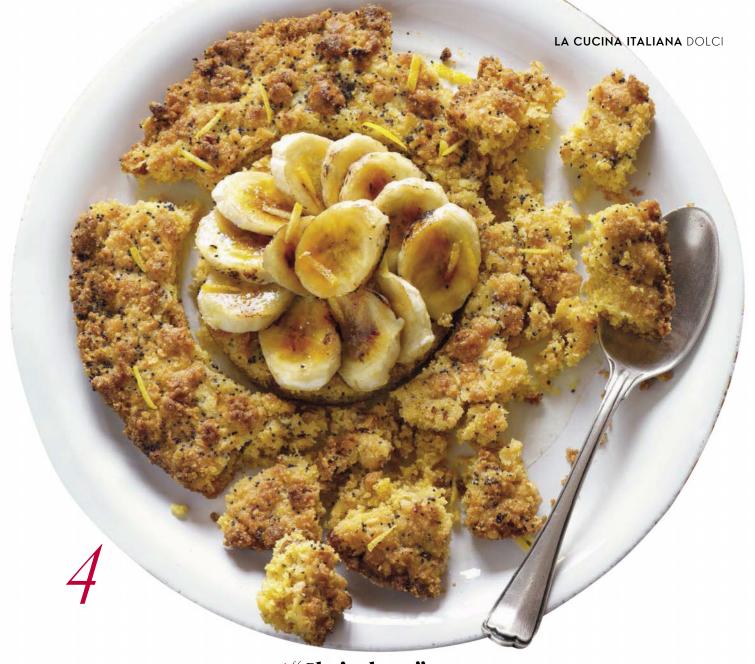
VINO *passito con aromi di frutta matura.*
- **Valle d'Aosta Chambave Moscato passito**
- **Moscato di Siracusa**

3 Pane e salame di cioccolato

IMPEGNO Facile
TEMPO 20 minuti più 3 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
100 g biscotti secchi
50 g burro
50 g zucchero semolato
45 g cacao amaro
30 g latte – **15 g** mandorle pelate
8 fette di pan brioche
1 tuorlo – zucchero a velo

MESCOLATE *il burro ammorbidito con lo zucchero semolato, il cacao e il tuorlo. Aggiungete il latte, le mandorle e i biscotti spezzettati grossolanamente.*

4

FORMATE *un salamino con il composto di cacao e biscotti e avvolgetelo nella pellicola alimentare. Riponetelo in frigorifero a consolidare per almeno 3 ore.*
TOGLIETE *il salamino dal frigorifero, cospargetelo di zucchero a velo e tagliatelo a fette.*
TOSTATE *le fette di pan brioche e servitele con le fette di salame di cioccolato.*
LA SIGNORA OLGA *dice che per un effetto più scenografico, potete far rassodare il salame per mezz'ora, poi "legarlo" con uno spago come un salame vero. Riponetelo in frigorifero nuovamente e, quando sarà pronto, spolverizzatelo di zucchero a velo. Tagliatene solo due o tre fettine e servitelo su un tagliere, con il pane.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe.*
- **Trentino Vino Santo**
- **Malvasia delle Lipari dolce naturale**

4 "Sbrisolona" alle banane

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 12 PERSONE
200 g burro
200 g zucchero più un po'
150 g nocciole pelate
100 g farina di mais
100 g farina di mais finissima (fioretto)
50 g nocciole non pelate
2 tuorli
2 banane
limone – arancia
semi di papavero – semi di lino

FRULLATE *grossolanamente tutte le nocciole con lo zucchero.*
MESCOLATELE *con il burro ammorbidito e le farine di mais, i tuorli e un po' di scorza grattugiata di limone e arancia, ottenendo un insieme di grosse briciole.*
AGGIUNGETE *un cucchiaino di semi di papavero e uno di semi di lino e disponete l'impasto in due tortiere basse (ø 20 cm), pressandolo un po'.*
INFORNATE *le torte a 180 °C per 15-20'.*
SFORNATELE *e mettetele su un piatto. Decoratele con le banane tagliate a fettine, cospargetele di zucchero e caramellatele con il caramellizzatore.*
LA SIGNORA OLGA *dice che per caramellare le banane potete anche sciogliere un cucchiaio di zucchero in una padella, cuocendolo finché non comincia a dorarsi. Unite poi le fettine di banana e mescolatele per caramellarle.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di frutta esotica.*
- **Ramandolo**
- **Moscadello di Montalcino**

TRADIZIONI
Un'interpretazione in leggerezza della pastiera pasquale campana fatta con il grano, simbolo di rinascita e di speranza

5 Pastiera di riso

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 2 ore e 30′ più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE
350 g ricotta **300 g** zucchero
250 g farina 00 **100 g** strutto
100 g riso Baldo integrale
50 g latte
4 uova **2** tuorli
burro limone acqua di fiori d'arancio
cannella in polvere vaniglia sale

LESSATE *il riso per 40-50′, scolatelo e fatelo raffreddare. Pesatene 200 g esatti, rimettetelo in casseruola con il latte, 15 g di burro, la scorza grattugiata di mezzo limone e cuocetelo per 8-10′. Lasciatelo raffreddare.*
LAVORATE *la farina con 100 g di zucchero e lo strutto, un pizzico di sale, un uovo e un tuorlo, ottenendo una pasta frolla molto morbida. Lasciatela riposare in frigorifero per 30′, coperta con la pellicola.*
STENDETE *circa 2/3 della frolla a 3 mm di spessore: foderate prima il fondo di una tortiera ad anello (ø 22 cm), poi il bordo. Conservate l'avanzo di pasta in frigo.*
AMALGAMATE *il riso ormai freddo con la ricotta, quindi aggiungete lo zucchero rimasto, 3 uova e 1 tuorlo, un cucchiaio di acqua di fiori d'arancio, un pizzico di cannella in polvere, i semi di mezzo baccello di vaniglia e frullate tutto, brevemente e non troppo finemente, con il mixer a immersione. Versate il composto nella tortiera.*
STENDETE *la frolla rimasta e ritagliatevi delle strisce con una rotella dentellata. Disponetele a griglia sopra il composto di riso e infornate la torta a 180 °C per 50-55′, abbassando il forno a 170 °C negli ultimi 20′. Sfornate, fate intiepidire, sformate e lasciate raffreddare. Spolverizzate a piacere con zucchero a velo prima di servire.*
LA SIGNORA OLGA *dice che l'utilizzo del riso integrale al posto del grano cotto e la rinuncia ai classici canditi di cedro e arancia dà a questa versione della pastiera un sapore più delicato e una consistenza più cremosa.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di frutta esotica, da vendemmia tardiva.*
- **Alto Adige Gewürztraminer VT**
- **Monreale VT**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***21 gennaio***

Magnifica charlotte

INTRAMONTABILE CLASSICO, FORSE DEDICATA A UNA REGINA, È PRESENTE NEI RICETTARI DI ALTA CUCINA FIN DALL'OTTOCENTO E DA ALLORA DELIZIA CON LA SUA **CORONA DI SAVOIARDI** RIPIENA DI FRUTTA E CREMA

RICETTA TOMMASO ARRIGONI
ABBINAMENTO VINO/RICETTA GIUSEPPE VACCARINI
TESTI CRISTINA FABBRI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Charlotte di mele con crema agli agrumi

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30′ più 6 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 12 PERSONE
480 g zucchero – **200 g** burro più un po′
200 g frutta secca sgusciata e tritata
(noci, nocciole, mandorle e pistacchi)
90 g farina, più un po′ – **16** biscotti savoiardi
9 uova – **2** mele Golden – **1** arancia – **1** limone
aceto di vino bianco

1 PREPARATE *il pan di Spagna: sgusciate nell'impastatrice 4 uova, unite 90 g di zucchero e montate a lungo con la frusta ottenendo una spuma chiara. Trasferite il composto in una ciotola, versate la farina setacciata e incorporatela mescolando dall'alto verso il basso.*
2 IMBURRATE *una teglia rettangolare (28x19 cm), copritela con carta da forno imburrata e infarinata, versate il composto e livellatelo.*
3 INFORNATE *a 180 °C per 18-20′, poi sfornate il pan di Spagna e fatelo raffreddare.*
4 PREPARATE *la crema: spremete l'arancia e il limone per ottenere 150 g di succo e conservate le scorze. Sciogliete 200 g di burro su fiamma bassissima, unite il succo di agrumi e, sempre mescolando con una frusta, 5 uova e 250 g di zucchero.*
5 SPEGNETE *la crema appena prende il bollore e versatela a raffreddare su una placca coperta di carta da forno.*
6 SBUCCIATE *e affettate le mele; tagliate a filetti le scorze di mezza arancia e di mezzo limone. Caramellate 100 g di zucchero con 2 cucchiai di acqua e qualche goccia di aceto. Versate le mele e le scorze nel caramello e cuocete a fiamma bassa per 20′, poi unite il trito di frutta secca e una noce di burro, fatela sciogliere e spegnete.*
7 TAGLIATE *a metà il pan di Spagna e ricavate 3 dischi (ø 14 cm). Preparate uno sciroppo facendo bollire per 1-2′ 125 g di acqua, 40 g di zucchero e le scorze rimaste di limone e arancia. Mettete un disco di carta da forno sul fondo di uno stampo a cerniera (ø 17 cm, h 11 cm).*
8 BAGNATE *con lo sciroppo i savoiardi e il pan di Spagna.*
9 DISTRIBUITE *i savoiardi ritti sulla parete dello stampo, inserite un disco di pan di Spagna e, con la tasca da pasticciere, fate uno strato di crema. Mettete il secondo disco, ancora crema e chiudete con l'ultimo disco. Mettete in frigo per 6 ore.*
10 COMPLETATE *la charlotte, prima di sformarla, con le mele caramellate.*

Il vino giusto

Un vino passito con aromi di frutta matura
Toscana Igt "Canizzo" Passito 2011
Podere Lavandaro
Dai colli di Luni, zona di elezione del Vermentino, in una posizione favorita dal mare e protetta dalle Alpi Apuane, un passito accattivante per la morbidezza, gli intensi aromi di frutta candita e frutta secca, il sapore dolce e l'ottimo equilibrio tra acidità, sapidità e morbidezza. Si serve a 10-12 °C. *25 euro.*

COME SI FA

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

LO STILE IN TAVOLA

Alzata ASA Selection; impastatrice Kenwood, pentole Moneta Pantone Universe, coltello Sanelli, nastro Brizzolari.

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina l'**8 gennaio***

Zucchero & Co.

UNA PREZIOSA **FONTE DI ENERGIA** O UN'INSIDIA PER LA SALUTE? ECCO CHE COSA DICE LA SCIENZA

RICETTE GIOVANNI ROTA
TESTI RICETTE ALMA VALDORA
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI

Zucchero semolato bianco
In cristalli finissimi, di sapore neutro.

Zucchero integrale di canna, mattonella sbriciolata
Bruno, granuloso, con un marcato aroma di melassa.

Zucchero integrale di canna muscovado
Color biondo scuro e "umido", con note aromatiche di melassa.

Miele di acacia
Di aroma molto delicato, dolcifica i cibi senza alterarne il sapore.

Melassa
Sciropposa, di sapore molto intenso, che ricorda la liquirizia.

Una cosa è certa, abbiamo un debole per la dolcezza e questa innata simpatia è un segno di istintiva saggezza nutrizionale. Nella sua evoluzione, l'uomo ha imparato ad associare questo sapore al valore positivo dell'energia che viene dallo zucchero. O meglio, dagli zuccheri, perché lo zucchero da cucina, il "saccarosio", è solo una delle scelte possibili: lasciando da parte la schiera dei dolcificanti più o meno sintetici e fermandoci a ciò che la natura da sempre ci mette a disposizione, ci sono il miele, la melassa e lo sciroppo d'acero. Tutti possono giocare un ruolo positivo nella nostra alimentazione, a patto solo di non esagerare.

LA GIUSTA QUANTITÀ Le ultime raccomandazioni dietetiche parlano chiaro: dagli zuccheri semplici, che danno il sapore dolce, dovremmo assumere il **10-15% delle calorie giornaliere**, una quota che in pratica corrisponde a **50-70 g di zucchero**. Non è poco, e anche considerando gli zuccheri che ingeriamo con la frutta, rimane spazio per soddisfare la passione per il dolce nel modo più sano.
PREGIUDIZI E VERITÀ Oggi la scienza ha smontato molte antiche convinzioni. Non è vero, per esempio, che **lo zucchero "ingrassa"**: dipende, come per tutti i cibi, dalla quantità che ne mangiamo e comunque l'esagerato consumo di grassi e la mancanza di moto sono cause più importanti di sovrappeso. Non ci sono nemmeno evidenze che lo zucchero danneggi il cuore, così come è sbagliato pensare che causi il diabete. È accertato, invece, un ruolo dello zucchero nella comparsa della carie, così come è vero che gli zuccheri hanno un alto **indice glicemico**, cioè tendono a far alzare velocemente il livello di glucosio nel sangue (glicemia), in un processo che scatena la fame innescando un circolo vizioso che, nel tempo, porta a mangiare troppo e a ingrassare... Per rimediare basta preferire quelle preparazioni in cui lo zucchero si abbina a ingredienti ricchi di **fibre e proteine**, che abbassano di molto l'indice glicemico.
COSA SCEGLIERE? Più che gli aspetti nutrizionali sono quelli gastronomici a doverci guidare nella scelta. Tutti gli zuccheri hanno infatti un **profilo nutritivo molto simile** (anche nell'apporto calorico), mentre cambiano sapori e consistenze. Tuttavia, esistono piccole differenze: **lo zucchero bianco** raffinato è saccarosio puro, privo di aromi, ma anche di alcuni sali minerali e fibre, che ritroviamo invece in quelli **integrali**. **Lo sciroppo d'acero** e **la melassa**, grazie al loro contenuto di acqua, sono poco meno calorici dello zucchero bianco; la melassa, poi, contiene una percentuale di calcio, ferro e potassio. **Il miele**, infine, è più ricco dello zucchero raffinato nel gusto e nella composizione, nella quale rientrano anche sostanze ormonali e antibiotiche naturali.

Dottor Giorgio Donegani nutrizionista
presidente della Fondazione Italiana per l'Educazione Alimentare

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***25 novembre***

Ringraziamo Eridania per gli zuccheri e Conapi per il miele forniti per il servizio.

Zucchero di canna Demerara
In cristalli grandi e dorati, con un aroma leggero di liquirizia.

Sciroppo d'acero
Fluido, con aroma di caramello e un sapore lievemente minerale.

Maiale glassato al forno con verdure

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 30'

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
700 g filetto di maiale
140 g carota pelata
80 g sedano mondato
80 g finocchio mondato
80 g porro mondato – **60 g** rapa pelata
50 g zucchero integrale – **10 g** miele di acacia
paprica dolce – aceto di mele – pepe
olio extravergine di oliva – sale grosso e fino

MASSAGGIATE *il filetto con paprica dolce, sale grosso, pepe e 30 g di olio, distribuendo il condimento in modo omogeneo su tutta la superficie; massaggiatelo quindi con 10 g di miele di acacia e lasciatelo riposare per 30'.*
INFORNATE *il filetto a 120 °C nel forno ventilato per 50' circa. Se avete l'apposito termometro, verificate che la temperatura al cuore sia di 60 °C. Sfornatelo, rosolatelo in padella con un filo di olio per 10' su tutti i lati (fino a raggiungere 66 °C), poi lasciatelo riposare per 3-4', infine tagliatelo a fette.*
SCALDATE *leggermente una padella antiaderente, poi versatevi 50 g di zucchero grezzo e cuocetelo a fiamma bassa finché non comincerà a fondersi. Unite quindi il sedano, il finocchio e le carote, tutti tagliati a striscioline, e cuoceteli per 2', poi aggiungete il porro e la rapa, a strisce, salate e cuocete per altri 2', infine unite 30-50 g di aceto e lasciatelo evaporare per non oltre 1'. Servite il maiale con le verdure.*

270 CALORIE *a porzione*

Torta di melassa

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
120 g melassa – **120 g** latte
110 g farina integrale di avena
100 g farina integrale di grano tenero
60 g mandorle a lamelle
55 g zucchero integrale di canna (muscovado) – **4 g** bicarbonato
4 g lievito vanigliato – **1** uovo
45 g olio extravergine di oliva delicato
cannella in polvere – zenzero in polvere
sale – burro e farina per lo stampo

MISCELATE *in una ciotola le farine, il lievito, il bicarbonato, un pizzico di cannella e un pizzico di zenzero.*
LAVORATE *a parte 55 g di zucchero grezzo di canna con un uovo intero e un pizzico di sale fino a ottenere un composto spumoso; unitevi poi 120 g di melassa e 120 g di latte; infine incorporate le farine, setacciate, e per ultimo 45 g di olio extravergine di oliva delicato.*
IMBURRATE *e infarinate una tortiera (ø 22 cm); distribuite sul fondo 60 g di mandorle a lamelle e versatevi il composto, fino a 2/3 circa dell'altezza dello stampo.*
INFORNATE *a 165 °C nel forno ventilato o a 180 °C nel forno statico per 25-30'. Controllate la cottura con uno stecchino: infilato nel dolce, dovrà uscirne asciutto.*
LA SIGNORA OLGA *dice che questa torta, ben protetta da un foglio di alluminio, si mantiene morbida nella credenza per una settimana.*

274 CALORIE *a porzione*

Ricette esemplari

Il giusto equilibrio tra zucchero e altri principi nutritivi

I piatti che proponiamo sono due esempi di un buon uso dello zucchero in cucina. Il maiale glassato dimostra come miele e zucchero possano accompagnarsi anche alla carne: non solo ne ammorbidiscono il sapore, ma traggono vantaggio dal suo contenuto di proteine per un risultato tanto gustoso quanto leggero ed equilibrato. Nella torta, la melassa e lo zucchero si accompagnano alla farina integrale di avena e di grano, le cui fibre rallentano l'assorbimento dei nutrienti e riducono moltissimo l'indice glicemico.

Fascino alla catalana

CON LA CUCINA PIÙ CLAMOROSA DEL MONDO, TRA TAPAS CREATIVE E CHEF MOLECOLARI, **BARCELLONA** È ORA IN UN MOMENTO MAGICO: CAPOLAVORI ARCHITETTONICI DA GODERE SOTTO UN CIELO PRIMAVERILE, IL PROFUMO DEL MARE E OZIOSE PASSEGGIATE NELLE RAMBLAS

TESTO RICCARDO BIANCHI

Fotografie di Canali/SIME, Campillo/SuperStock

A BARCELLONA SI GUSTA UNA BUONA PAELLA AL 7 PORTES E AL LA MAR SALADA

FIABA SACRA
A SINISTRA: quattro guglie dedicate agli Evangelisti caratterizzano la Sagrada Família, il capolavoro di Antoni Gaudí, la cui costruzione, iniziata nel 1882, è tuttora in corso. A DESTRA: si prepara la paella lungo le Ramblas, il corso di oltre un chilometro e mezzo affollato di caffè, ristoranti bancarelle, chioschi, artisti di strada.

TRA I PIÙ CELEBRI autori catalani, Josep Pla (1897-1981) scrisse una volta: "La cucina di un paese è il suo paesaggio messo nel piatto". Niente di più vero se riferito a Barcellona, che della Catalogna è la capitale. Più di un milione e mezzo di abitanti, racchiusa tra il Mediterraneo e la catena del Tibidabo, ricca di musei, verde e profumata nei parchi come quello de la Ciutadella con la scenografica cascata disegnata da Josep Fontserè i Mestre con l'aiuto di **Antoni Gaudí**, coloratissima e originale, è un formidabile mixage di differenze. C'è il **Barrio Gotico**, con aristocratici palazzi, deliziose piazzette e la possente Cattedrale della Santa Croce e Sant'Eulalia, ultimata nel '400. E poi ecco i capolavori del Modernismo catalano di fine '800 e inizio '900, il Palau de la Música Catalana di Lluís Domènech i Montaner, la Casa Tarrades di Josep Puig i Cadafalch. Il protagonista della città è però Antoni Gaudí con le sue strepitose **architetture "liquide"** e fantastiche come l'incompiuta Sagrada Familia, il Parc Güell, la Casa Milà e la Casa Batlló. Infine c'è la fitta trama della contemporaneità, una collezione di opere dei maggiori architetti del nostro tempo: Norman Foster, Rafael Moneo, Ricardo Bofill, Santiago Calatrava, Richard Meier, Jean Nouvel, il duo Herzog & de Meuron... Ovunque ferve la vita, l'ozio è dinamico, →

LA RICETTA TIPICA/1

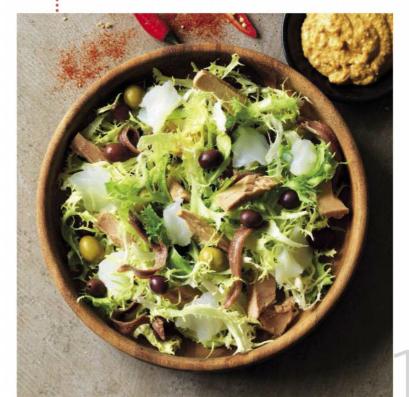
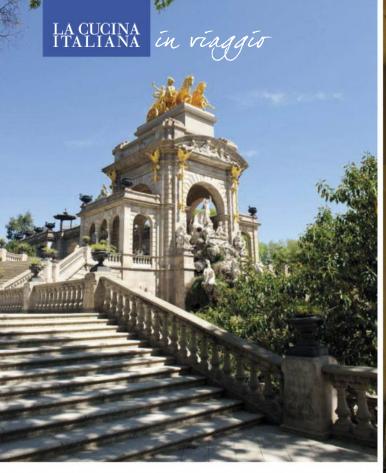
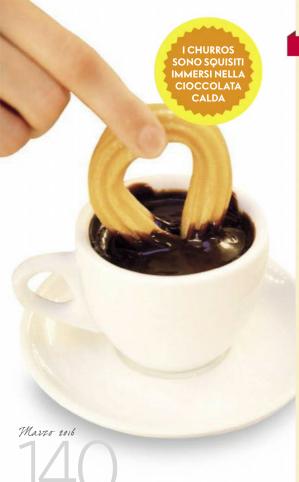
Sono tre gli ingredienti imprescindibili di questa insalata: il baccalà crudo, la scarola e la SALSA XATÒ, da cui prende il nome, saporita e cremosa. Un piatto conviviale dalle origini incerte, probabilmente legato ai momenti di festa per il vino nuovo.

Insalata Xatò

IMPEGNO Facile
TEMPO 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

120 g tonno sott'olio sgocciolato
120 g baccalà dissalato a fettine sottilissime
80 g insalata scarola o riccia mondata
60 g mandorle – **20 g** nocciole
12 filetti di acciuga sott'olio
2 pomodori – **2** fette di pane
aceto di vino bianco – olive nere olive verdi
aglio – paprica dolce – peperoncino fresco
olio extravergine di oliva sale

TOSTATE *le fette di pane in una padella velata di olio. Poi tagliatele a dadini e frullatele con i pomodori, le nocciole, le mandorle, mezzo spicchio di aglio, un cucchiaio di paprica dolce, un pezzo di peperoncino fresco (dosandolo secondo il vostro gusto), 80 g di olio e 2 cucchiai di aceto fino a ottenere una salsa cremosa e abbastanza fine. Aggiustate di sale e di aceto alla fine, se serve.*
DISPONETE *l'insalata in una ciotola di portata, unite le olive in quantità a piacere, i filetti di acciuga, il tonno a pezzetti e le fettine di baccalà. Condite con la salsa, raccogliete quella che avanza in una ciotola a parte e servite.*

PIACERI DOLCI SOPRA: la scalinata della Cascada, nel Parc de la Ciutadella, il maggiore di Barcellona. SOTTO: i churros sono dolci di forma allungata fatti di pastella fritta zuccherata. Si vendono nei chioschi e nelle caffetterie: ottimi quelli della churreria La Pallaresa (carrer de Petritxol 11), che propone anche un ottimo *menjar blanc*, a base di crema di mandorle.

Vademecum

DOVE MANGIARE

- **CINC SENTITS**
  È il ristorante di Jordi Artal, chef di talento che elabora piatti creativi che prendono la distanza dai sapori tradizionali e stuzzicano i cinque sensi (da cui il nome). Prenotare con anticipo.
  www.cincsentits.com
- **QUIMET & QUIMET**
  Scaffali straripanti di bottiglie, senza sedie. Le migliori tapas fredde di tutta la Spagna nella zona Poble Sec, in carrer del Poeta Cabanyes 25.
- **MOMENTS**
  Nel nuovo hotel Mandarin Oriental, è il ristorante di cui parla tutta la città. Lo conducono Carme Ruscalleda e suo figlio Raül Balam rivisitando la cucina catalana con uno spirito "antiage".
  www.mandarinoriental.com
- **TICKETS**
  Imperdibile. È la formula disinvolta della cucina di Albert e Ferran Adrià. Tapas bar e ristorante casual, mobili colorati, ambiente frizzante.
  www.ticketsbar.es
- **LOIDI**
  La cucina del grande Martín Berasategui ma a piccoli prezzi. Ottimi il Millefeuilles di patate e Botifarra (salume catalano), la tartara di ventresca e il tonno allo yakisoba.
  www.condesdebarcelona.com

DOVE SOGGIORNARE

- **PULLMAN BARCELONA SKIPPER**
  Posizione ottima tra spiaggia di Barceloneta e il Parc de la Ciutadella, vista spettacolare. Il Blend Restaurant è di livello, ci sono roof bar, spa e piscina. *www.accorhotels.com*
- **THE SERRAS**
  Hotel di design, ha camere moderne e spaziose, ottimi ristoranti guidati dallo stellato Marc Gascons, una bellissima vista mare e personale professionale e molto cordiale. Confortevole.
  hoteltheserrasbarcelona.com
- **HOTEL NERI**
  Un romantico boutique hotel con molto charme nel Barrio Gotico. Camere a tinte forti e un delizioso dehors affacciato sulla Plaça de Sant Felip Neri. *www.hotelneri.com*

Fotografie di Cozzi/SIME, Politi Markovina/AWL Images, Knechtel/Laif/Contrasto, SuperStock, Stefano Buonamici, Heuer/Laif/Contrasto

UN MONDO DI FIABA A SINISTRA: relax serale in un tapas bar del centro: la movida a Barcellona dura gran parte della notte. IN BASSO DA SINISTRA: prosciutti (jamon) appesi a La Boqueria, il grande mercato di Barcellona; la Catalogna è la maggior produttrice di suini della Spagna. La sala del Palau de la Música Catalana (1905-1908), opera di Lluís Domènech i Montaner, ampliata da Óscar Tusquets e Carles Diaz: è un'icona del Modernismo catalano (*www.palaumusica.cat*). El Garatge, tapas bar del ristorante Tickets (*www.ticketsbar.es*).

→ la gente comunica elettricità a ogni ora del giorno: l'apoteosi di tutto ciò sono le **Ramblas**, i viali che da Plaça Catalunya conducono al porto antico. Un perenne, vivacissimo teatro di ogni cosa in cui le anime della città si incontrano, si sommano, si confrontano. Allo stesso modo della gastronomia, che ha radici antichissime e declinazioni iperattuali. Da un lato propone una cucina tradizionale che non teme di **coniugare i contrasti**, dolce e salato, carne e pesce, il famoso "mar i muntanya", nel segno di alcune salse assai sapide: il *sofregit*, la *samfaina*, l'*allioli*, la *picada* e il *romesco*. Tra i suoi piatti vanno ricordati la *Tortilla Jamon* che è una frittata con **prosciutto catalano** a cubetti e formaggio basco cremoso; la *Botifarra* ovvero la salsiccia catalana; l'*Arros negre*, riso con nero di seppia, l'*Escudella i carn d'olla*, una zuppa di manzo con verdure, le polpette con le seppie dette *Mandonguilles amb sípia*, i crostacei. E le **tapas**, la crema catalana e la *Mona de Pascua*, il tipico dolce della Settimana Santa. Dall'altro lato c'è la nuova cucina che, ispirata da Ferran Adrià, propugna le **opposizioni di sapori**, di temperature e strutture. A rappresentarla sono chef come Jordi Vilà, Carles Abellan, più "adriani", e Sergi Arola, Jordi Artal e Albert Raurich che sperimentano la fusione dei sapori del Mediterraneo e dell'Estremo Oriente. Sapienti interpreti, nei loro ristoranti, di una città in **perenne movimento**, ma che ama con forza e sentimento le proprie radici.

LA RICETTA TIPICA/2

Gli SPAGHETTI SPEZZATI, o una pasta corta, vengono cotti in un ricco sugo di carne di maiale. Noi abbiamo usato salsiccia e capocollo, altre versioni prevedono le costine a tocchetti. In inverno i piselli possono essere sostituiti con i fagioli.

Fideus a la cassola

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 20'

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **500 g** brodo di pollo
- **400 g** polpa di capocollo di maiale
- **250 g** pasta secca corta
- **200 g** salsiccia a tocchetti
- **50 g** piselli freschi sgranati
- **15 g** mandorle pelate – alloro
- **2** pomodori pelati – **1** cipolla tritata
- zafferano – vino rosso secco – aglio
- peperoncino secco – prezzemolo
- olio extravergine di oliva – sale

TRITATE *uno spicchio di aglio con un ciuffo generoso di prezzemolo e con le mandorle; poi frullate in crema con un pizzico di zafferano, sale e 50 g di olio.*
TAGLIATE *la polpa di capocollo a dadi, sgrassandola leggermente, se necessario.*
ROSOLATE *separatamente il capocollo e la salsiccia in poco olio per 3-5' ciascuno sulla fiamma viva. Salate alla fine.*
ROSOLATE *la cipolla con 20 g di olio, una foglia di alloro, i pomodori pelati a dadini, poco peperoncino per 2-3'; poi bagnate con un bicchiere di vino rosso e fate evaporare l'alcol; unite salsiccia e capocollo e dopo 1-2' coprite con il brodo di pollo bollente. Proseguite nella cottura sulla fiamma al minimo per 30'.*
AGGIUNGETE *i piselli, dopo 10' la pasta, cuocete fino a portarla a cottura. Servite unendo la crema di prezzemolo.*

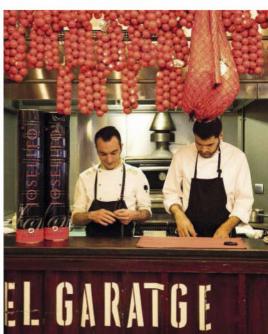
PREPARAZIONI JOËLLE NÉDERLANTS
TESTI ANGELA ODONE
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***27 gennaio***

Una nuova Manon

LA DIFFERENZA TRA L'ANTIPASTO PASQUALE CREATO MEZZO SECOLO FA E LA SUA INTERPRETAZIONE DI OGGI DÀ LA MISURA DELL'**EVOLUZIONE DEL NOSTRO PALATO**. SEMPRE PIÙ ALLA RICERCA DI SAPORI PURI E DIRETTI

A CURA DI LAURA FORTI E SAMANTA CORNAVIERA
TESTI RICETTA SARA TIENI
PREPARAZIONE JOËLLE NÉDERLANTS
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

LO STILE IN TAVOLA
Piatto fondo H&H-Pengo, cucchiaino Funky Table.

*A**ntipasto di uova alla Manon, ravioli in brodo di cappone, agnello alla cacciatora, insalata pasqualina, colomba, frutta fresca*: è il 1959 e il menu pasquale de *La Cucina Italiana*, dove figurano queste uova alla Manon, nonostante la ripresa economica del dopoguerra, è in tutto simile a quello che il cuoco reale Amedeo Pettini suggeriva su questo stesso giornale nel 1930. Né si allontana molto da quello che potremmo trovare su una tavola italiana oggi, a riprova della solidità delle tradizioni, soprattutto nelle occasioni speciali. Solo le uova alla Manon *rappresentano una novità*, una variazione sul tema e quasi un'anticipazione di quello che sarà un classico della cucina anni Ottanta, il cocktail di scampi. Il nome di questa ricetta, probabilmente, si riferisce all'opera di Giacomo Puccini, la *Manon Lescaut*: era uso, infatti, fin dall'Ottocento, dare alle ricette i nomi di personaggi e artisti famosi. Soprattutto quando erano, come Puccini e Rossini, amanti dei piaceri della tavola. L'eroina pucciniana, dunque, rende importanti queste uova, che ci raccontano, sottovoce, i cambiamenti che stanno influenzando la cucina alla fine degli anni Cinquanta: per esempio, l'uso di prodotti dell'industria conserviera, di pari passo con l'introduzione di nuove tecnologie, che indirizzano la padrona di casa verso una cucina sempre più efficiente, organizzata e veloce.

(*S. Cornaviera – www.massaiemoderne.it*)

Ricette a confronto

Uova alla Manon

2016

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g funghi champignon
125 g olio di semi di girasole
12 code di scampo **5** uova medie
2 carciofi tipo mammole **1** cespo di lattuga
limone foglie di maggiorana fresca
senape aceto di vino bianco Cognac
olio extravergine di oliva sale pepe bianco

BOLLITE *4 uova per 8', poi fatele raffreddare in acqua fredda. Sgusciatele e tagliatele a metà.*
PULITE *i carciofi tenendo soltanto i cuori. Affettateli e conditeli con il succo di mezzo limone e sale. Lasciateli riposare per 30'.*
SBATTETE *1 tuorlo con una punta di senape, poi montatelo con un mixer a immersione per 15' aggiungendo a filo l'olio di semi e il succo di mezzo limone, ottenendo una maionese. Completatela con uno spruzzo di aceto e un cucchiaino di Cognac, sale e pepe. Otterrete molta più maionese di quanta ne userete; conservatela in frigo coperta con la pellicola.*
SGUSCIATE *le code di scampi, eliminate il budellino scuro e cuocetele a vapore per 2'. Conditele con olio extravergine.*
AFFETTATE *gli champignon; mondate la lattuga e tagliatela a striscioline. Mettetela nei piatti, creando una base, poi adagiatevi sopra gli altri ingredienti, completando con maggiorana fresca e maionese a piacere.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***25 gennaio***

1959

RICETTA ORIGINALE

Ingredienti: dose per 4 persone
code di scampi gr. 400
funghetti sott'olio » 150
carciofini sott'olio » 150
sette uova – olio – senape – un limone
qualche foglia di insalata – cognac
sale e pepe.
Tempo occorrente: 1 ora circa.

Rassodare sei uova lasciandole bollire per circa otto minuti, poi immergerle in acqua fredda. Lessare le code degli scampi mettendole in acqua salata in ebollizione e lasciandole cuocere per circa otto minuti, indi scolarle e decorticarle. Tagliare a quarti sia i funghetti che i carciofini e mettere entrambi in una zuppierina, poi unire le code di scampi tagliate a fettine. Con un tuorlo, olio, sale e pepe preparare una maionese, poi insaporirla con un cucchiaino di senape e una goccia di cognac. Versare circa metà della maionese nella zuppierina e rimescolare bene. Lavare accuratamente l'insalata, lasciarla scolare e ricoprire con essa un piatto di portata, versare al centro tutto quanto è stato insaporito con la maionese formando un monticello. Accomodarvi attorno le uova sode sgusciate, facendole stare dritte (basterà tagliarne una fettina sotto), irrorarle con la maionese preparata in precedenza e servire.

A sinistra, il numero di marzo 1959. In alto, la pagina che illustra il menu di Pasqua, con le uova alla Manon.

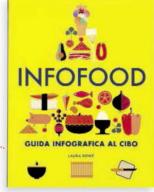
Che cosa è cambiato

Abbiamo alleggerito la ricetta, sia nel contenuto sia nella presentazione: gli ortaggi sono freschi anziché sott'olio e la maionese non copre gli ingredienti ma li accompagna con una piacevole nota di acidità. Abbiamo, poi, sgusciato gli scampi da crudi, per consentirne una pulizia più accurata, cuocendo la polpa delicata per pochi minuti, al vapore. Infine, abbiamo assemblato gli ingredienti direttamente nei piatti, per metterne in rilievo i colori e la freschezza.

Leggere con gusto

PER **COLTIVARE E CUCINARE** ERBE E ORTAGGI, FARSI INCANTARE DALLA CINA MISTERIOSA E SCOPRIRE CHE IL LINGUAGGIO DEL CIBO È UNIVERSALE

A CURA DI ANGELA ODONE

UNA GUIDA ATTUALE CHE INFORMA CON LE IMMAGINI

Chi sapeva che nel 2008 un bagel è andato nello spazio? Che nella propria vita un'ape produce solo 1/12 di cucchiaino di miele? Che nel 1958 sono stati inventati i noodle istantanei? Ecco qualche esempio delle migliaia di informazioni che pagina dopo pagina sono presentate in questo volume in forma visuale per semplificare e rendere divertente la lettura. Così, anche senza un ordine preciso, si arriva alla fine di questo libro, tutto d'un fiato. ***"Infofood"***, *Laura Rowe, Ed. Il Castello, www.ilcastelloeditore.it 18 euro*

SI VIVE DI SOLA ERBA?

Il titolo spiritoso scelto dall'autrice, a favore di un'alimentazione solo vegetale, è lo stesso del suo blog. Dal panino alla cucina fusion. Da leggere all'inizio della primavera. ***"La cucina della capra. Comfort food vegetale"***, *Carla Leni, Eifis Editore, www.eifis.it 28,50 euro*

ENERGIA VERDE

Un ricettario, dall'antipasto al dessert, pensato non solo per i vegetariani ma anche per chi vuole introdurre nella propria dieta più lenticchie, ceci, fagioli, quinoa, soia... ***"Proteine verdi"***, *Fern Green, Guido Tommasi Editore, www.guidotommasi.it 14,90 euro*

OLTRE L'ANATRA LACCATA

La Pechino dai mille volti nel racconto di uno scrittore cresciuto all'ombra della Mole Antonelliana. Guide improbabili, cibi allarmanti, ristoranti introvabili. Avventuroso. ***"My Little China Girl"***, *Giuseppe Culicchia, EDT, www.edt.it 7,90 euro*

SI SENTE QUASI IL SAPORE

64 tavole ad acquerello che raccontano frutti, radici, foglie, semi, fiori... Da mangiare e da ammirare. ***"Inventario dei frutti e degli ortaggi"***, *V. Aladjidi, E. Tchoukriel, L'Ippocampo, www.ippocampoedizioni.it 15 euro*

PIÙ DI 60 ERBE DA SCOPRIRE

Acetosa, bardana, levistico, sambuco, violetta, zenzero... Una guida semplice e pratica per passare dall'orto a una cucina piena di profumi. ***"Erbe per il giardiniere gourmet"***, *C. Holmes, Guido Tommasi Editore, www.guidotommasi.it 24,90 euro*

L'ARTE DELL'ATTESA

Non serve incontrare Moby Dick per provare l'emozione delle acque che scrosciano. L'autore, "modesto" pescatore, racconta le sue avventure con la lenza. ***"Il pescatore di tempo"***, *M. Marziani, Ediciclo Editore, www.ediciclo.it 8,50 euro*

BELLA MA VEGANA

Se la vegana è una Miss Mondo anche il più convinto carnivoro non può che convertirsi. La storia semiseria dei tradimenti gastronomici di un marito innamorato. ***"Ho sposato una vegana"***, *F. Brizzi, Einaudi, www.einaudi.it 12,50 euro*

I SEGRETI DEL PIZZAIOLO

Un libro per chi vuol scoprire tutto sul piatto più famoso del mondo. Impasti, lievitazioni, cotture. Con le schede illustrate per un risultato perfetto. ***"La Pizza Napoletana"***, *P. Masi, A. Romano, E. Coccia, Ed. Doppiavoce, www.doppiavoce.it 25 euro*

Fotografie di Riccardo Lettieri

82
RICETTE
PROVATE
PER VOI

L'indice dello chef

A COLPO D'OCCHIO POTETE INDIVIDUARE IL PIATTO CHE VI PIACE, VALUTARE **L'IMPEGNO E IL TEMPO** DI PREPARAZIONE: COSÌ LA SCELTA TRA TUTTE LE NOSTRE PROPOSTE SARÀ FACILE E IMMEDIATA

Legenda

★ Facile
★★ Medio
★★★ Per esperti

Senza glutine
Vegetariana

● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)

Ricette della tradizione regionale rivisitate da noi

La nostra Scuola

RAFFINATEZZE ORIENTALI E SAPORI DEL NORD. CORSI PER **BABY CHEF** E ORIGINALI DELIZIE PASQUALI

18 MARZO

MENU DI PASQUA

Lombatine di agnello, asparagi bianchi impanati e finto fritto di baccalà. Ecco un assaggio dei piatti gourmet che questo corso vi propone per **festeggiare la Pasqua**, degustando i sapori tipici della primavera. Per rivisitare la tradizione con brio.
Ore 15.00-18.00

3 MARZO

TAGLIO e CUCINA

Sminuzzare le verdure o preparare una tartare di carne con la velocità e la precisione degne di uno chef: ve lo insegna in 3 ore questo corso su "l'arte del tagliare". In collaborazione con Fiskars.
Ore 15.00-18.00

10 e 30 MARZO

PESCE IN TAVOLA tutti i segreti

Come acquistare, pulire e sfilettare il pesce: un ciclo di 4 lezioni e 17 sfiziose ricette, classiche o rivisitate, per avventurarsi alla scoperta dei sapori di mare e di lago. Si inizia con i crostacei per finire con i crudi.
Dal 10 marzo, ore 19-22; dal 30 marzo, ore 9.30-12.30

15 MARZO

LABORATORIO BAMBINI i panini

Dopo la lezione dedicata alla pizza, un nuovo appuntamento pensato per i più piccoli. La chef "animatrice" Nicol Pucci insegnerà agli aspiranti baby cuochi come preparare dei buonissimi panini, divertendosi con ricette golose e imparando a conoscere gli ingredienti di stagione.
Ore 17.00-18.30

CENE&EVENTI

4 MARZO — Cena giapponese

Lo chef Chiaki Takashima insieme con il nostro Davide Negri vi invita a scoprire alcuni piatti della tradizione nipponica, dall'insalata di alghe wakame agli onigiri (polpette di riso) sino al gelato al tè matcha.
Ore 20.30

16 MARZO — Delicatessen

Avete mai assaggiato i capuss (fagottini di erbe) o gli gnocchetti spätzle con speck e casolet? Il nostro chef Davide Brovelli presenta il meglio della cucina del Trentino Alto Adige. *Ore 20.30*

24 MARZO

TECNICHE DI COTTURA la creta

Sembra una magia: utilizzare la creta per cuocere. Un metodo antichissimo e salutare, da utilizzare con facilità anche a casa. Magari sperimentando piatti insoliti come il branzino al cacao o le patate in calce.
Ore 9.30-16.30

Fotografie di Arch. LCI, 123rf

Info e contatti

La Scuola de La Cucina Italiana
è in piazza Aspromonte 15
20131 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 0249748004

www.scuolacucinaitaliana.it Seguici su:

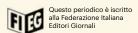
LA CUCINA ITALIANA

La Cucina Italiana - Direttore Responsabile: Maria Vittoria Dalla Cia.

Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Cucina Italiana S.r.l. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 23255.

Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/03 Art. 1, Cm. 1, DCB - MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito Lombarda, Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure invia una e-mail a: arretraticondenast@ieoinf.it

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 7924 del 09-02-2015

I nostri partner

RINGRAZIAMO LE AZIENDE CHE *HANNO COLLABORATO* ALLA REALIZZAZIONE DEI NOSTRI SERVIZI. PER MAGGIORI INFORMAZIONI SUI PRODOTTI UTILIZZATI NELLE FOTOGRAFIE: **WWW.LACUCINAITALIANA.IT**

Adriana Vaccarino adrvaccarino@libero.it
Alessi www.alessi.com
Andrea Biagini www.andreabiagini.eu
ASA Selection www.merito.it
Baratti & Milano www.barattiemilano.it
Bisol www.bisol.it
Bitossi Home www.bitossihome.it
Bormioli Rocco shop.bormiolirocco.com
Braun www.braun.com
Brizzolari www.nastribrizzolari.com
Caffarel www.caffarel.com
Comatec distribuito da CHS Group www.chsgroup.it
Conapi www.conapi.it
Consorzio tutela Radicchio Rosso di Treviso IGP e **Radicchio Variegato di Castelfranco IGP** www.radicchioditreviso.it
De Castelli www.decastelli.it
De Longhi www.delonghigroup.com
Eridania www.eridania.it
Ferm Living in vendita da Belnotes www.belnotes.com e da Trend-House www.trend-house.it
Fiasconaro www.fiasconaro.com
Formaggi Svizzeri www.formaggisvizzeri.it
Funky Table www.funkytable.it
G. Cova & C. www.panettonigcovaec.it
Giove Lab www.cargocollective.com/giovelab
Gourmant www.gourmant.com
H&H-Pengo www.pengospa.it
Kartell www.kartell.com
Kenwood www.kenwood.it
Kitchenaid www.kitchenaid.it
L'Abitare distribuito da Corrado Corradi www.corrado-corradi.it www.labitaremilano.com
Laboratorio 2729 in vendita da Belnotes www.belnotes.com
Le Creuset www.lecreuset.it
Lékué www.lekue.com
Le Naturelle www.lenaturelle.it
Mantero www.mantero1902.com
Maria Luisa Tribolo www.marialuisatribolo.it
Mauviel 1830 www.mauviel.it
Meggle www.meggle.it
Mepra www.mepra.it
Michela Pozzato www.fiorimichelapozzato.com
Microplane home.microplaneintl.com
Moneta www.moneta.it
MV% Ceramics Design www.mv-ceramicsdesign.it
Paderno www.paderno.it
Pentole Agnelli www.pentoleagnelli.it
Pernigotti www.pernigotti.it
Perugina www.perugina.it
Ponti www.ponti.com
Riedel www.riedel.com/it
Risolì www.risoli.com
Rosato www.rosato.it
Ruggero Gesù www.ciocherestadelfuoco.it
Sambonet www.sambonet.it
Sanelli www.sanelli.com
Seletti www.seletti.it
Silikomart www.silikomart.com
Smeg www.smeg.it
Society by Limonta www.societylimonta.com
Staybowlizer distribuito da Microplane home.microplaneintl.com
Tescoma www.tescomaonline.com
Trend-House www.trend-house.it
Whirlpool www.whirlpool.it
Zafferano srl www.zafferanoitalia.com
Zaini www.zainispa.it

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n. 199.133.199***, oppure inviare un **fax al n. 199.144.199**. Indirizzo e-mail: **abbonati@condenast.it**.
** il costo della chiamata per i telefoni fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + IVA e senza scatto alla risposta. Per le chiamate da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato.*

Subscription rates abroad Subscription orders and payments from Foreign countries must be addressed to our worldwide subscription Distributor: **Press-di S.r.l. c/o CMP Brescia, via Dalmazia 13 - 25197 Brescia (Italy)**. Subscribers can pay through Credit Card (American Express, Visa, Mastercard) or by cheque payable to Press-di S.r.l. Orders without payment will be refused. For further information, please contact our Subscription Service: phone +39 02 92961010 - fax +39.02.86882869. Prices are in Euro and are referred to 1- year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
L'UOMO VOGUE	10	€ 71,00	€ 112,00
VOGUE ACCESSORY	4	€ 23,00	€ 38,00
VOGUE BAMBINI	6	€ 49,00	€ 70,00
VOGUE SPOSA	4	€ 32,00	€ 49,00
VANITY FAIR	49	€ 156,00	€ 222,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

Our Magazines are distributed abroad by: Speedimpex (USA, Australia); sole agent for distribution in the rest of the world: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl - Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy - Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 e-mail: info@aie-mag.com

CLASSICI RIVISTI

L'ELEGANZA DEI PASSATELLI
Il primo piatto romagnolo in una nuova veste marinara con brodetto di rombo

NON PERDETE IL NUMERO DI

aprile

DOLCE SOGNARE
Camomilla e miele millefiori per un rilassante drink pomeridiano

IN LEGGEREZZA
Con i primi tepori, pesce crudo o al forno, rinfrescato con le verdure di stagione

DEDICATO AI PIÙ GOLOSI
Impasti lievi, creme, frutta e un sorbetto "digestivo" nelle creazioni del nostro pasticciere